

CONTORNI

Melanzane alla mediterranea

DOSI

6 persone

PREPARAZIONE

1 h 20 min

Ingredienti per 6 persone

Melanzane lunghe	1500 g
Pomodori ramati	1200 g
Pane casereccio	2 fette
Olive nere snocciolate	150 g
Capperi sotto sale	70 g
Filetti d'acciughe sotto sale	4
Aglio	2 spicchi
Origano	1 presa
Olio d'oliva extra-vergine	
Sale	
Pepe	

Preparazione

- 1 Spuntate le melanzane, tagliatele a metà e asportatene delicatamente la polpa, che friggerete in olio bollente dopo averla tagliata a dadini.
- 2 Dissalate i capperi e i filetti di acciughe sotto l'acqua corrente, poi tritateli finemente con le olive e l'aglio.
- 3 Scottate per un minuto i pomodori in acqua bollente, poi sbucciateli, eliminate i semi e tagliateli a dadini. Private il pane della crosta e sbriciolatene la mollica.
- 4 Riunite tutti gli ingredienti preparati in una ciotola, aggiungete una presa abbondante di origano, regolate di sale e pepate a piacere.
- 5 Riempite le melanzane con il composto preparato, poi sistematele su una teglia oliata, bagnatele con 3 cucchiaini d'olio miscelato con 3 di acqua e cuocetele in forno a 180 gradi per 35 minuti.
- 6 Servitele calde o tiepide. Con le melanzane potete condire della pasta corta da completare con pezzetti di mozzarella e basilico.