

Melanzane a funghetto

scritto da Redazione | 17/05/2015



Le Melanzane a funghetto alla napoletana: bontà e tradizione a tavola.

Sia come contorno che per condire la pasta, questo piatto è consigliato anche ai vegani per l'assenza di ingredienti di derivazione animale.

Le **Melanzane a funghetto** sono un piatto tipico e gustosissimo della cucina campana e napoletana in particolare. La preparazione è molto semplice, poco costosa ma dal risultato esaltante: portarlo in tavola è una vera festa grazie ai suoi profumi e alla straordinaria combinazione di colori che offre.

Nel periodo estivo, ma non solo, è molto frequente trovare le **Melanzane a funghetto** come contorno oppure per condire la pasta con una spolverata di Parmigiano o di ricotta o, ancora, su una bella fetta di pane tostato. Consigliamo anche di presentarle come *finger food* su piccoli crostini o in appositi mini-contenitori che si trovano in commercio.

Gli ingredienti sono semplici e tutti prodotti dalla terra ed esprimono, al meglio, i sapori tipici e le proprietà nutrizionali della cucina mediterranea; contengono, infatti, melanzane, pomodori, olive, capperi, basilico, menta e olio extravergine di oliva. Proprio per l'assenza di componenti di derivazione animale **le Melanzane a funghetto si prestano anche all'alimentazione dei**

vegetariani e dei vegani.

Conservazione: in frigorifero in un contenitore chiuso oppure congelate.

Vino da abbinare con le melanzane a funghetto: a questo piatto potremmo abbinare un Vino Bianco Fermo e leggero.

Grazie a **Giovanni Cimmino** per questa ricetta tradizionale e saporita.

Immagine tratta dal sito: www.ideegreen.it.

Scheda della Ricetta

Categoria: Contorni e Finger food

Difficoltà: Media

Costo: Basso

Dosi: per 4 persone

Tempo di cottura: 90 minuti

Tempo di preparazione: 120 minuti.

Ingredienti

- 1 kg di Melanzane (lunghe);
- pomodori freschi o pelati;
- basilico abbondante;
- menta;
- olive snocciolate (meglio se olive greche), tagliate a pezzi;
- capperi;
- aglio;
- sale,
- olio.

Preparazione

1. In una padella far imbiondire uno spicchio d'aglio; aggiungere i pomodori o i pelati a pezzi;
2. mettere le olive snocciolate a pezzi, i capperi, il basilico, la menta e un pizzico di sale;
3. far tirare il sugo;
4. intanto tagliare a pezzi le melanzane con la buccia, metterle circa 1/2 ora sotto sale con un peso e dopo strizzarle e sciacquarle;
5. stendere le melanzane su dei fogli di carta assorbente (tipo Scottex) e far asciugare per circa 1 ora;
6. friggere le melanzane in abbondante olio;
7. versare le melanzane fritte nel sugo preparato prima e mescolare abbondantemente a fuoco vivo per qualche minuto.