

# Crema di melanzane e acciughe

La **crema di melanzane e acciughe** è un composto a base di melanzane, insaporito con vari aromi, ottimo spalmato sul pane come antipasto o come spezza fame. Si può anche utilizzare per condire la pasta.

La **crema di melanzane e acciughe** si conserva ottimamente in frigorifero per 2-3 giorni. Con il riposo i sapori si armonizzano ancora meglio, ma è meglio consumarla a temperatura ambiente, quindi lasciarla almeno mezz'ora fuori frigo prima di gustarla. Ottima con i crostini di pane ancora caldi.

## INFORMAZIONI

- 4 persone
- **100Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **1 ora e ½**
- si può **preparare in anticipo**
- si può **mangiare fuori**

## INGREDIENTI

- 1 kg di melanzana
- Aceto di vino per l'ammollo delle melanzane
- Sale grosso e fino
- 2 spicchi di aglio
- 6 filetti di acciughe sott'olio
- Pepe nero macinato al momento
- 4 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- 2 cucchiaini di aceto di vino
- foglia di menta per decorare
- 200 g di pane casereccio a fette

## PREPARAZIONE

- Lavare le melanzane, tagliarle a metà nel senso della lunghezza e metterle a bagno con acqua e aceto per una decina di minuti. La proporzione giusta è di 2 cucchiaini di aceto ogni litro d'acqua.
- Scolarle e cospargerle di sale grosso. Metterle in un colapasta in verticale a perdere il liquido amarognolo per almeno mezz'ora.
- Eliminare il sale aiutandosi con carta da cucina, quindi avvolgere ogni pezzo di melanzana in carta stagnola.
- Mettere tutti i cartocci su una teglia da forno e infornare a 200°C per un'ora.
- Mentre le melanzane cuociono preparare il resto degli ingredienti.
- Spellare l'aglio, tagliarlo a metà e privarlo del germoglio interno. Schiacciatelo con uno spremiaglio, oppure tritandolo finissimo.
- Scolare le acciughe e tamponarle con carta da cucina. Eliminare eventuali spine in eccesso, quindi tritarle.
- Al termine della cottura delle melanzane aprire i cartocci e farli intiepidire per qualche minuto, quindi aiutandosi con un cucchiaino prelevare la polpa e metterla in una ciotola. Regolare di sale.
- Unire nella ciotola l'aglio e le acciughe, una generosa macinata di pepe, l'olio, l'aceto, quindi mescolare con una forchetta schiacciando bene la polpa delle melanzane per ottenere un composto fine ed omogeneo.
- Servire decorando con foglioline di menta e accompagnando con fettine di pane abbrustolito.

## STAGIONE

Ricetta per tutte le stagioni

## AUTORE

Ricetta realizzata da Barbara Farinelli. Fotografia di Giovanni Caprilli. Tutti i diritti riservati.

