

# Melanzane fritte a funghetto

Le **melanzane fritte a funghetto** sono un contorno a base di melanzane ricco e saporito, semplicissimo da preparare, ma veramente ottimo se le melanzane sono fresche e di stagione. I mesi di giugno, luglio, agosto e i primi di settembre sono il periodo ideale per preparare questa ricetta.

Le **melanzane fritte a funghetto** sono ottime così come sono, ma anche nella variante al pomodoro, che è quella più nota e preparata come contorno. Le melanzane fritte a funghetto, così come le melanzane a funghetto con il pomodoro, sono perfette anche come condimento per la pasta o farcitura per i panini.

## INFORMAZIONI

- 2 persone
- **320Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **1 ora**
- ricetta **vegetariana** e **vegan**

## INGREDIENTI

- 500 g di melanzane
- Sale fino
- Olio di semi di arachide o di oliva per friggere

## PREPARAZIONE

- Lavare le melanzane, scartare l'estremità con il picciolo e tagliarle a cubetti di un paio di centimetri di lato. Metterli in un colino, salare leggermente e mescolare. Lasciarle così riposare per una mezzoretta. Mescolare di tanto in tanto in modo che perdano il liquido di vegetazione.
- Scaldare abbondante olio in una padella. Quando è molto caldo, la temperatura giusta è di 180°C, friggere le melanzane immergendone poche alla volta e movendole spesso con una paletta affinché non si attacchino tra loro.
- Quando si sono uniformemente dorate, scolarle accuratamente con un mestolo forato e passarle sulla carta da cucina per eliminare l'unto in eccesso.

## CONTORNO DI ABBINAMENTO IDEALE

Secondi piatti a base di carne o di pesce.

## STAGIONE

Giugno, luglio, agosto, settembre

## AUTORE

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

