

Melanzane Margherita

Le **melanzane Margherita** sono squisite fettine di melanzane grigliate e poi passate nel forno condite come piccole pizzette, con mozzarella e una dadolata di pomodoro. Sono ottime come secondo piatto, ma anche come antipasto, nel qual caso dimezzare le dosi.

Per la preparazione delle **melanzane Margherita** vanno bene melanzane scure, striate o anche bianche. L'importante è che siano di media dimensione in modo che le fette siano piuttosto compatte.

INFORMAZIONI

- 2 persone
- **420Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **45 minuti**
- ricetta **vegetariana**
- ricetta **light**
- si può **preparare in anticipo**
- si può **mangiare fuori**

INGREDIENTI

- 2 melanzane
- Aceto di vino bianco
- Sale grosso
- 4 pomodori rossi
- Sale fino
- 2 spicchi di aglio
- Origano
- Olio extravergine di oliva
- 200 g di mozzarelle fiordilatte

PREPARAZIONE

- Lavare le melanzane e tagliarle a fettine di 1 cm circa.
- Metterle a bagno con acqua e aceto (1 cucchiaino ogni litro d'acqua) per cinque minuti.
- Scolarle, unire un pizzico di sale fino in superficie e metterle in un colapasta per 10 minuti circa ponendole in verticale, in modo da favorire il flusso del liquido di vegetazione.
- Lavare i pomodori, tagliarli a cubetti e metterli in un colino.
- Cospargerli con un pizzico di sale, l'aglio spellato e affettato, origano a piacere e un filo d'olio. Mescolare e lasciarli a scolare affinché perdano il liquido di vegetazione.
- Ridurre la mozzarella a cubetti e metterla in un colino. Strizzarla bene con le mani.
- Scaldare una bisticchiera sul fuoco, ungerla con un filo d'olio ed asciugarla bene con carta da cucina.
- Grigliare le melanzane da entrambi i lati per 10 minuti circa in totale, fintanto che non saranno ben cotte.
- Ungere con un filo d'olio una teglia da forno, disporvi le melanzane e condirle spennellandole di olio.
- Suddividere la mozzarella fra le melanzane, unire il pomodoro a cubetti, condire con un filo d'olio, origano e cuocere nel forno a 200° C per una decina di minuti.
- Servire calde, con la mozzarella fusa e filante.

STAGIONE

Giugno, luglio, agosto, settembre

AUTORE

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



VARIANTE VEGAN

Utilizzare una mozzarella o altro formaggio filante vegan. In alternativa si può anche omettere o sostituire con un pochino di patè di olive nere ben spalmato sulla fettina di melanzana.

I consigli di Barbara

Questa ricetta è ottima per recuperare melanzane grigliate del giorno prima, e si conservano ottimamente in frigorifero per un giorno, pronte per essere scaldate all'occorrenza.