



1 Kg di melanzane
 140 g di pangrattato
 1 uovo
 1 ciuffo di prezzemolo
 1 spicchio di aglio
 70 g di parmigiano grattugiato
 Sale e pepe
 Noce moscata
 Olio di semi per la frittura



1 melanzana (circa 350-400 g)
 40 g di parmigiano grattugiato
 40 g di mandorle pelate e tostate
 1/2 spicchio d'aglio (facoltativo)
 1 mazzetto di basilico fresco
 Olio extravergine di oliva
 Sale e pepe

Ricette con le melanzane

LABORATORIO DI CUCINA ITALIANA - 29/03/2025

Polpette di melanzane

Per prima cosa lava le melanzane sotto l'acqua corrente e sistemale su una teglia con carta forno, e lasciale cuocere a 200 °C per circa 1 ora. Trascorso il tempo di cottura, sforna le melanzane, lasciale intiepidire e preleva delicatamente la polpa.

Trita finemente la polpa degli ortaggi al coltello quindi trasferiscila in una ciotola con l'uovo, lo spicchio d'aglio grattugiato, un ciuffo di prezzemolo tritato, il pangrattato e un pizzico di sale. Profuma con una macinata di pepe fresco e una spolverizzata di noce moscata e amalgama per bene gli ingredienti fino a ottenere un composto omogeneo: se dovesse essere troppo morbido, puoi aggiustare la consistenza unendo altro pangrattato.

Con le mani leggermente umide, preleva piccole porzioni d'impasto e modella tante polpettine della grandezza di una noce. Panale nel pangrattato. Immergi le polpette in abbondante olio di semi bollente e lasciale cuocere fino a quando non saranno dorate e fragranti; prelevale quindi con un mestolo forato e lasciale scolare su un foglio di carta assorbente da cucina.

Pesto di melanzane

Lavate la melanzana, asciugatela e bucatela con una forchetta. Cuocetela nel forno già caldo a 200° per circa 35/40 minuti. Sfornate e lasciate intiepidire. Togliete la buccia e i semi e strizzate la polpa rimasta.

Mettetele in una ciotola insieme al Grana Padano grattugiato, al basilico, all'aglio, al sale, al pepe, alle mandorle tostate. Frullate il tutto con un frullatore a immersione, unendo l'olio a filo, fino ad ottenere una crema. Si può utilizzare sia come aperitivo su dei crostini oppure per condire una pasta, in questo caso aggiungendo qualche cucchiaino dell'acqua di cottura della pasta.



700 g passata di pomodoro
 1 spicchio d'aglio
 500 g di pasta (anelletti)
 150 g di scamorza affumicata
 3-4 melanzane
 50 g di parmigiano
 Basilico (qualche foglia)
 Sale e pepe
 Olio di oliva e di semi

Timballo di melanzane

Preparate il sugo: in una casseruola fate imbiondire l'aglio in un fondo di olio, aggiungete la passata di pomodoro e cuocete per circa 15 minuti. Regolate di sale, unite il basilico e togliete dal fuoco.

Affettate le melanzane in fette spesse 2-3 mm, friggetele in abbondante olio caldo poche per volta e scolatele su carta assorbente. Dopodiché foderate il fondo e i lati di uno stampo a ciambella da 28 cm con le fette di melanzane, fino a esaurimento delle melanzane, ricoprendo tutto lo stampo e lasciandole fuoriuscire dal bordo di qualche cm.

Lessate la pasta al dente, scolatela e conditela con il sugo di pomodoro aggiungendo il formaggio grattugiato e la scamorza a cubetti. Mescolate bene il tutto e unite qualche foglia di basilico. Trasferite la pasta condita nello stampo foderato, distribuitela in modo uniforme e richiudete le fette di melanzana verso il centro. Infornate il timballo a 200° per circa 30 minuti. Sfornate, lasciate intiepidire e servite.



700 g di passata di pomodoro
 1 cipolla
 200 g di pasta (tagliolini)
 300 g di mozzarella asciutta
 2 melanzane
 10 g di parmigiano
 Basilico (qualche fogliolina)
 Sale e pepe
 Olio di oliva e di semi

Involtini di melanzane

Friggere le fette di melanzane spesse 2-3 mm in abbondante olio caldo. Quando risulteranno dorate, farle asciugare su carta assorbente e salarle leggermente.

In una padella antiaderente fare soffriggere la cipolla tagliata sottilmente e aggiungere la passata. Cuocere il sugo per 10 minuti e salare. Intanto lessare i tagliolini/tagliatelle in abbondante acqua calda. Quando saranno al dente, scolarle e condirle con il sugo, la mozzarella e il parmigiano.

Farcire ogni fettina con qualche forchettata di pasta. Distribuire gli involtini in un tegame e cospargerli di sugo e mozzarella. Cuocere in forno già caldo a 200 gradi per 15 minuti. Servite gli involtini ancora caldi con foglie di basilico fresco per decorare.