

Involtino di melanzane e merluzzo



Oggi piatto veloce, leggero ed estivo ☐

Le melanzane sono davvero un ingrediente versatile, ci si può fare di tutto si va dall'antipasto al dolce, si la moda ultima infatti vede questo ingrediente spesso in abbinamento al cioccolato o cmq come ingrediente principe

del dessert...

tranquilli, io non mi spingo così in là, anche se... non mi sfidate!!! ☐

Io mi sono data ad un semplice involtino, veloce, facile ma soprattutto gustoso... anche perchè altrimenti con mio marito ci parlate voi?! Scherzo!!! ☐

Vi racconto la ricetta, che è meglio, va'...

Ingredienti:

- 2 melanzane medie
- 3 filetti merluzzo, meglio se fresco o cmq di un pesce polposo
- Pomodorini datterini
- Olio Evo
- Sale
- Pepe
- Qualche capperò
- Origano
- Prezzemolo
- 1 Spicchio d'aglio
- Basilico

Preparazione:



La prima cosa da fare è preparare le melanzane grigliate, quindi le lavo per bene, tolgo il gambo e le affetto per lungo facendo fette di circa 5 mm. Intanto metto a scaldare sul fornello la piastra, quando è ben calda ci adagio sopra le fettine di melanzane e le lascio cuocere, prima da un lato, poi dall'altro. Così fino a finire tutte le mie fettine.

Passo ora a fare il ripieno con il pesce, io ho preso qualche filetto di merluzzo, lo faccio cuocere in padella insieme a qualche datterino, che ho precedentemente lavato e mondato, i capperi e lo spicchio d'aglio, che leverò a fine cottura. Qualche minuto prima di spegnere il fuoco aggiungo al pesce anche origano e prezzemolo ed aggiusto di sale.

Metto da parte il ripieno, nella stessa padella metto a scaldare i restanti datterini con l'olio e gli stessi odori utilizzati per il merluzzo. Aggiungo anche qualche foglia di basilico. Intanto che la salsa cuocia un po' preparo gli involtini, arrotolo quindi le fette di melanzane farcendole con il merluzzo.



Per farli insaporire bene gli li passo per qualche minuto in padella con il sughetto appena fatto, servo con una bella foglia di prezzemolo ed un filo d'olio a crudo.

□

```
ngg_shortcode_0_placeholder" order_by="sortorder"  
order_direction="ASC" returns="included"  
maximum_entity_count="500"]
```

Io ci abbinerei un bel spumante brut rosato, "Special Rosè" – Cantina LUCCHETTI – Charmat lungo 9 mesi per questo Spumante 100 % lacrima di Morro d'Alba. Luminoso e vivace, con pesca bianca aromatica, fragole e note floreali. In bocca è pieno e ricco con una bella acidità sul finale.