

Polpette di melanzane alla calabrese



L'estate è appena finita e con se si porta via tanti buoni prodotti, tra questi anche le melanzane ☐

Allora vado contro corrente e per salutare l'estate e celebrare l'arrivo dell'autunno io preparo le polpette di melanzane.

Questa è una ricetta storica della mia famiglia, non le facevamo spesso, ma quando succedeva era sempre una festa.

Mi ricorda le estati passate a casa in campagna con tutta la famiglia riunita e io che passavo le intere giornate in giro per campi e boschi come una vera selvaggia. Rientro la sera completamente impolverata e 9 volte su 10 con qualche ferita, mamma doveva quasi infilarmi intera in lavatrice per farmi tornare un aspetto quasi umano XD

ehhh bei tempi!!!

Ma ora bando alle ciance ed ai ricordi smielati, vi racconto la ricetta, che è meglio...

- 550 g di melanzane
- 250 g di pane raffermo
- 2 uova intere
- 150 g di pecorino grattugiato (o parmigiano)
- aglio
- prezzemolo
- pepe nero
- sale
- olio per friggere

Il primo passaggio da fare è lavare e tagliare a pezzi le melanzane, fatto questo le metto a bollire in acqua

salata per 10 minuti.



Mentre le melanzane sono in pentola, metto a bagno il pane rafferma in acqua fredda.

Una volta cotte le melanzane le scolo per bene e le lascio freddare in uno scolapasta in modo che continuino a scolare, una volta tiepide le strizzo ancora e le trasferisco su un tagliere. Con un coltello grosso le trituro il più possibile.



Strizzo e scolo anche il pane ormai ben ammollato e lo aggiungo alle melanzane. Aggiungo anche il resto degli ingredienti ed amalgamo bene il tutto. Se l'impasto dovesse risultare troppo molle aggiungo del pane grattugiato.



Passo quindi formare le polpette. Metto a scaldare sul fuoco una padella con l'olio e quando è a temperatura inizio a friggere le polpette, appena diventano belle dorate e croccanti le tiro su e le metto a scolare su della carta assorbente per fritti.

Et voilà, le mie polpette di melanzane sono pronte e super buone!

Involtino di melanzane e

merluzzo



Oggi piatto veloce, leggero ed estivo: Involtino di melanzane e merluzzo ☐

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 capperone
- Origano
- Prezzemolo
- 1 Spicchio d'aglio
- Basilico

Preparazione:



La prima cosa da fare, per preparare il mio involtino di melanzane e merluzzo, 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 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.

Fusilli alla Maddalena in vellutata di melanzane



Oggi Fusilli alla Maddalena in vellutata di melanzane, pare quasi una roba seria e sapete che vi dico? Lo è!!!

Mi rifaccio viva dopo un breve periodo di pausa e lo faccio alla grande, cercando di farmi perdonare in effetti!

Bene, insomma, rieccomi di nuovo qui, pensavate mi fosse dimenticata di voi? Ma come potrei mai?! E' stato un periodo "focoso" di alti e di bassi... non sto qui ora ad ammorbarvi, lo farò con un post dedicato ;D

Oggi torno in gran spolvero con una ricetta suggeritami dal marito di una cara amica, la "Cheffa Maddalena", come la chiama lui...

Non sto qui a perdermi in chiacchiere, vi racconto subito la ricetta di questi Fusilli alla Maddalena in vellutata di melanzane:

Ingredienti:

- 350gr di pasta tipo fusilli
- 1 melanzana grande
- qualche fogliolina di basilico
- olio qp
- parmigiano qb
- pepe nero
- provola affumicata

Preparazione:

Per preparare i Fusilli alla Maddalena in vellutata di melanzane, partiamo dalla melanzana: lavo ed asciugo bene la melanzana, e la dispongo su una teglia in forno a 180 gradi avvolta completamente nell'alluminio per 1 ora circa. Quando sarà cotta la lascio intiepidire e ne elimino il gambo. Intanto metto a scaldare la pentola con l'acqua per la pasta.

Passo quindi la melanzana nel mixer ad immersione insieme ad olio, tanto parmigiano, il basilico e il sale.

Lesso la pasta lasciandola leggermente al dente, la scolo e la passo in una padella dove la faccio saltare con la crema di melanzane a fuoco vivo, aggiungo ora la provola affumicata tagliata a cubetti. Servo con una

spolverata di pepe nero, ancora parmigiano e basilico fresco.

Buon appetito e grazie Maddie e anche Luca!!!



□

Una possibile variante potrebbe anche essere quella di passarlo in forno per farla un po' gratinare... da provare!!! □

La Bomba Calabrese



La Bomba Calabrese al Peperoncino

Oggi vorrei parlarvi della Bomba Calabrese, è una salsa a base di ortaggi e peperoncino, è molto piccante, ma anche molto gustosa e saporita. Io la uso spesso per dare un tono in più ai miei piatti, sta benissimo per esempio sulla pasta e i più temerari potrebbero azzardare uno spaghetti condito solo con un bel cucchiaino di questa.

Come dicevo, è un mix di **Peperoncino piccante** tritato e mischiato a melanzane, pomodori secchi, sale, olio evo e funghi.

E' diffusa in tutta la **Calabria** ed è un prodotto che risalta al meglio i sapori calabresi. Ottima per primi piatti, carni, bruschette, pizze, formaggi e contorni.

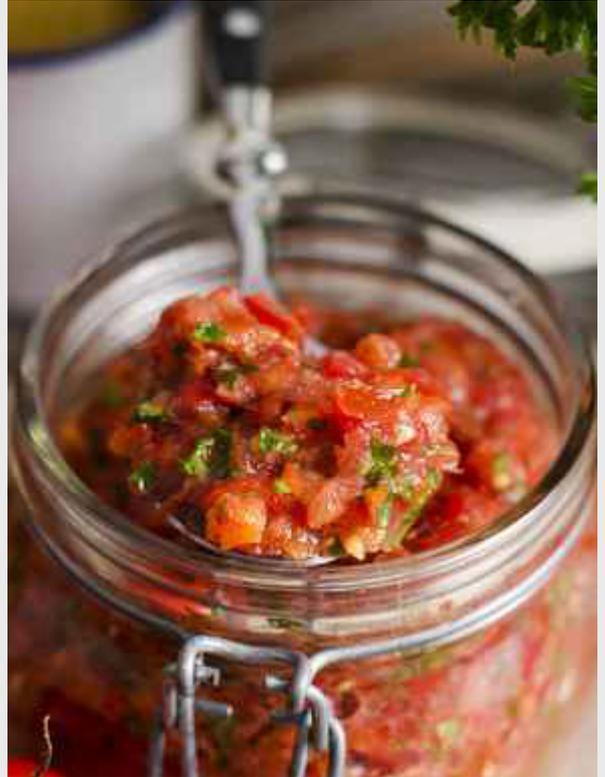
Secondo me un uso perfetto per questo prodotto è di

spalmato semplicemente sul pane! ☐

Vi riporto 2 ricette antichissime per prepararla:

Piccantino o Bomba calabrese con verdure a crudo

Ingredienti:



- 1,5 Kg di peperoni
- 1,5 Kg di melanzane
- 500 g di acciughe sotto sale (200 g)
- Sale grosso q.b.
- Aceto di vino bianco q.b.
- Olio extravergine di oliva q.b.
- Aglio (1 spicchio piccolo)
- Basilico
- Prezzemolo
- capperi e pomodori secchi
- peperoncini (8 grandi e piccantissimi)

Ho lavato ed affettato le verdure. Ho fatto degli strati in una grande ciotola cospargendo ogni strato di sale grosso. Ho coperto con un piatto e messo sotto peso. Ho lasciato riposare per circa 24 ore.

Trascorse queste ore le verdure hanno perso molta della loro acqua, le ho quindi strizzate molto bene. Le ho rimesse nella ciotola e le ho ricoperte con l'aceto. Ho lasciato riposare per 3 ore, dopodichè ho scolato e strizzato di nuovo molto bene.

Ho unito alle verdure il basilico, il prezzemolo, le acciughe ben lavate, l'aglio, una manciata di capperi, una decina di pomodori secchi ed ho tritato grossolanamente.

Ho messo il composto ottenuto in una ciotola e ho coperto con l'olio. Ho lasciato riposare per una settimana, controllando di tanto in tanto il livello dell'olio.

Dopo 7 giorni ho distribuito la bomba in vasetti di vetro sterilizzati, ho coperto con l'olio, li ho chiusi molto bene e li ho riposti in dispensa.

Ricetta Bomba calabrese con verdure cotte



- Peperoncino piccante tritato
- 500 gr Melanzane grigliate
- 500 gr Zucchine grigliate
- 100 gr Olive verdi
- 500 gr Funghi champignons grigliati
- 100 gr Pomodori secchi
- Olio evo
- capperi
- sale grosso q.b.
- aglio
- basilico
- origano

Lavare, affettare e grigliare melanzane, zucchine e funghi, denocciolare le olive. unire tutti gli ingredienti in un mixer e frullare grossolanamente.

Sterilizzare i barattolini ed invasare il composto, schiacciando il composto e aggiungendo molto olio, il

trito dovrà essere sommerso.

Richiudere con il tappo e riporre in dispensa.

STREPITOSE!

Timballo di melanzane e pasta



Buone le melanzane... e poi ci si possono fare davvero mille cose!

E via con un nuovo esperimento...

vabbè esperimento relativo in effetti, perchè il timballo di pasta e melanzane è una ricetta classica, ma io ho cambiato un po' gli ingredienti, alleggerendolo anche un po'...

Davvero molto buono, anche mio marito lo ha gradito... e lui sugli "alleggerimenti" ha sempre da borbottarci su!!! XD

Ve lo racconto:

Ingredienti:

- 2 melanzane
- 140 gr di pasta
- 2 caprini aromatizzati al peperoncino
- 2-3 cucchiari di polpa di pomodori in pezzi
- Sale
- Olio Evo
- Peperoncino
- Qualche fogliolina di menta

Procedimento:



Prima cosa da fare lavare e affettare le melanzane, le faccio di circa 3-4 mm.

Sul fornello metto a scaldare la piastra e, quando a temperatura, metto a grigliare le fette di melanzana su entrambi i lati.



Nel frattempo che finisco di grigliare le mie melanzane, metto a bollire dell'acqua per cuocere la pasta.

Quando bolle la calo, lascio cucinare ma la tiro su molto al dente, perchè poi finirà di cuocere in forno.

Condisco con la polpa di pomodoro, olio, sale ed il caprino, amalgamo bene e aggiungo anche un pizzico di peperoncino e una fogliolina di menta spezzettata con le mani.



Bene, passo a “montare” il tortino. Ungo la base di una pirofila da forno e vi dispongo a raggiera le fette di melanzane facendole uscire per metà della lunghezza.

Al centro delle melanzane aggiungo la pasta condita ed aggiungo ancora un cucchiaino di polpa di pomodoro.

Non ho cotto la salsa per non aggiungere ulteriori calorie con soffritti vari, poi in forno la salsa si condirà e cucinerà dentro insieme al tortino.



Ripiego su loro stesse le fette di melanzane che fuoriescono dalla teglia e richiudo bene a coprire tutto il contenuto.

Passo un filo d’olio in superficie e ancora un pizzico di sale.

Metto in forno per una ventina di minuti a 200°

Pronto!!!



Sformatini di melanzane al telefono



Da buona calabrese, tra le mie ricette, non possono mancare le fantastiche polpette di melanzane, anche se rivisitate...

Con questa ricetta ho pensato di partecipare al contest "Fattorie aperte ai FoodBlogger" una bella iniziativa per far conoscere i prodotti tipici calabresi.

La mia ricetta prevede l'utilizzo del buonissimo Caciocavallo Silano, formaggio a pasta filata tipico

della Calabria, sarà il cuore morbido, gustoso e filante dei miei sformatini.

Provo a raccontarvi la ricetta...

Ingredienti:

- 500 gr. di melanzane
- 100 gr. di formaggio grattugiato
- 100 gr. di pane grattugiato
- Caciocavallo silano
- 1 spicchio d'aglio
- 2 uova
- Prezzemolo
- Sale
- Olio

Procedimento:

Come prima cosa, taglio le melanzane a fette e le cospargo di sale, poi le lascio scolare nello scolapasta per circa mezz'ora.

Nell'attesa preparo il soffritto di trito d'aglio e prezzemolo a cui poi aggiungo le melanzane e lascio trifulare il tutto per circa 10 minuti (se volete realizzare una ricetta davvero light, le melanzane possono essere anche solo lessate).

Trascorsi i dieci minuti, frullo le melanzane che ho lasciato intiepidire e impasto il composto con le uova, il pan grattato e il formaggio.

Taglio a cubetti di circa 1 cm il caciocavallo silano o, se non riuscite a reperire il prodotto, una scamorza.

Alla fine, metto il composto ottenuto negli stampini; io utilizzo i monoporzioni ma, se volete, va bene anche uno

stampo grande. Dopo aver versato uno strato, spingo al centro un cubetto di caciocavallo silano, ricopro bene con l'impasto e metto in forno a 200° per 15/20 minuti.

Poi servo gli sformatini caldi, con un giro di glassa al balsamico.

Ah, queste piccole delizie sono "al telefono", perchè tagliandole calde il cuore filerà... Come il cavo telefonico di un tempo! ☐

