

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.

Patate ripiene... di patate (e tonno)



Vi ricordate le super battute di mio marito sulle [zucchine ripiene di zucchine](#) o le melanzane ripiene di melanzane? Bene, da oggi avrà in repertorio anche le patate ripiene di patate!!! ☐

E sia!!!

Ok non è nemmeno poi così originale l'idea, ma come al solito io ho fatto il mio esperimento! La versione classica, o almeno quella più gettonata online, prevede del formaggio filante e del bacon, io ho fatto una versione tendenzialmente più leggera e anche più mediterranea rifacendomi anche un po' alle polpette di patate e tonno.

Vi racconto la ricetta:

Ingredienti

- 5 patate medie (possibilmente di forma e dimensione simili)
- 2 scatolette di tonno
- erba cipollina
- prezzemolo
- paprika
- curcuma
- sale
- pepe nero
- olio Evo

Procedimento:



La prima cosa da fare è ovviamente lavare bene le patate e metterle a lessare intere. Lavo accuratamente la buccia perchè non la eliminerò, farà parte del piatto.



Trito il prezzemolo e l'erba cipollina, metto a sgocciolare il tonno.

Una volta cotte le patate le lascio intiepidire, le

taglio a metà e le svuoto creando delle barchette, ripongo la polpa delle patate in una ciotola. Aggiungo nella ciotola anche il tonno e il trito di erbe e con l'aiuto di uno schiacciapatate impasto bene il tutto.



Per ultimo condisco l'impasto con le spezie, aggiusto di sale ed un filo d'olio. Inizio quindi a farcire le barchette di patate e le dispongo su una leccarda



ricoperta con un foglio di carta da forno, così fino a finire gli ingredienti. Passo un filo d'olio in superficie e poi in forno per circa 25-30 min a 200° finchè non risultino croccanti e dorate.

Pronte! Ottime come finger o per antipasto, magari abbinate ad una panna acida, io le vedo bene accompagnate da un bel calice di un bianco fresco e aromatico ☐

```
ngg_shortcode_1_placeholder" order_by="sortorder"
order_direction="ASC" returns="included"
maximum_entity_count="500"]
```