

SPIEDINI VEGETARIANI

Ingredienti per 3 persone:

- 1 melanzana,
- 2 zucchine grandi,
- 2 patate grandi,
- 2 carciofi,
- 2 manciate di formaggio parmigiano.

Lo spiedino consta di rotolini di melanzana ripieni di patate, zucchine uovo e formaggio; carciofi tagliati a quarti e rotelle di zuccina cruda.

Lessate bene uno dei due zucchine e le patate, non appena pronti mettete il tutto a freddare Tagliate la melanzana a fette fini (4 mm) per il lungo e mettetele nel forno a 180° per due - tre minuti (fino a che non appassiscono); nel frattempo avrete preparato nel frullatore l'uovo e due manciate di parmigiano grattugiato.

Mettete nel frullatore la zuccina lessa e le patate (che ormai saranno freddi) e fate girare a media velocità, fino ad ottenere un purè abbastanza denso (per addensare aggiungete pangrattato).

Aggiungete al tutto sale, pepe e noce moscata e continuate a far frullare a vostro gusto.

Lessate i carciofi (al dente) e poi tagliateli in quarti.

Non appena il purè sarà pronto usatelo per riempire i rotolini di melanzana (se la melanzana è bella larga potete fare anche dei fagottini).

Infilate nello spiedino: una rotella di zuccina cruda, un quarto di carciofo, un'altra rotella di zuccina, un rotolino, un'altra rotella e così via

(fino alla fine dello spiedino).

Mettete gli spiedini in forno a 200°C per 10 - 15 minuti, aggiungendo olio e sale.