

MELANZANE ALLA MEDITERRANEA

Ingredienti per 6 persone:

- 1500 g di melanzane lunghe
- 1200 g di pomodori ramati
- 2 fette pane casereccio
- 150 g di olive nere snocciolate
- 70 g di capperi sotto sale
- 4 filetti d'acciughe sotto sale
- 2 spicchi aglio
- 1 presa origano
- olio d'oliva extra-vergine
- sale
- pepe

Spuntate le melanzane, tagliatele a metà e asportatene delicatamente la polpa, che friggerete in olio bollente dopo averla tagliata a dadini.

Dissalate i capperi e i filetti di acciughe sotto l'acqua corrente, poi tritateli finemente con le olive e l'aglio.

Scottate per un minuto i pomodori in acqua bollente, poi sbucciateli, eliminate i semi e tagliateli a dadini.

Private il pane della crosta e sbriciolatene la mollica.

Riunite tutti gli ingredienti preparati in una ciotola, aggiungete una presa abbondante di origano, regolate di sale e pepate a piacere.

Riempite le melanzane con il composto preparato, poi sistematele su una teglia oliata, bagnatele con 3 cucchiari d'olio miscelato con 3 di acqua e cuocetele in forno a 180 gradi per 35 minuti.

Servitele calde o tiepide.

Con le melanzane potete condire della pasta corta da completare con pezzetti di mozzarella e basilico.