



Ingredienti per 4 persone

2 melanzane grosse lunghe sbucciate e tagliate a dadini

Pangrattato

Olio evo

Sale

300 g di pomodorino ciliegino lavato e tagliato a spicchi

1 cipolla pelata, lavata e affettata finemente

Qualche foglia di basilico fresco

Preparazione

Prendiamo le melanzane tagliate a dadini, mettiamole in una ciotola abbastanza grande, versiamo un filo d'olio e mescoliamo.

Spolveriamo con del pangrattato e del sale e mescoliamo in modo che i dadini di melanzana si panino.

Quindi inforniamo a temperatura media per una ventina di minuti, ricordandoci di dare una mescolata a metà cottura.

Nel frattempo in un altro tegame versiamo un filo d'olio e appena caldo versiamo la cipolla con i pomodorini con un pizzico di sale ed il basilico.

Timballino di melanzane panate con sugo di pomodorini (vegan)

Venerdì 11 Luglio 2014 00:12 -

Copriamo e lasciamo che rilascino il proprio sugo mentre si cuociono per circa 15 minuti.

Una volta che sia melanzane che sugo di pomodorini saranno pronti, con l'aiuto di un coppapasta creiamo un timballino di melanzane (già cotte e panate) con sopra il sugo di pomodorini e qualche altra foglia di basilico fresco.

Ecco pronto un piatto che stupirà tutti per la bontà, bellezza e leggerezza.