

Melanzane fritte

Le **melanzane fritte** sono una preparazione di base per la frittura delle melanzane, che possono poi essere utilizzate in altre ricette, come le melanzane a funghetto, la pasta alla Norma, ma anche la Parmigiana.

Le **melanzane** si possono friggere a cubetti, affettate spesse o sottili, a bastoncino o a julienne. È possibile friggere anche solo le bucce a striscioline: sono molto adatte come decorazione o per insaporire un piatto. Seguite i nostri consigli e avrete una perfetta base per la preparazione delle vostre ricette contenenti le **melanzane fritte**.

INFORMAZIONI

- 2 persone
- **400Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **45 minuti**
- ricetta **vegetariana** e **vegan**

INGREDIENTI

- 500 g di melanzane
- Olio di oliva o di arachide
- Aceto di vino bianco
- Sale fino

PREPARAZIONE

Taglio delle melanzane

Lavare le melanzane, eliminare le estremità e procedere al taglio, che può variare in funzione della ricetta per le quali vi servono:

- **tocchetti**: per melanzane a funghetto, come ripieno di una torta salata, per condire la pasta; rimarranno morbide, con una leggerissima crosticina; affettare le melanzane in fette spesse un paio di centimetri scarsi e poi ricavare i tocchetti;
- **fette spesse 1 centimetro**: per pasta alla norma, come ripieno per torte salate o pizze; rimarranno morbide all'interno e croccanti all'esterno; affettare le melanzane più regolarmente possibile;
- **fettine sottili**: per chips, decorazione, accompagnamento; rimarranno croccanti esternamente e internamente; affettare le melanzane con una mandolina, un paio di millimetri di spessore al massimo;
- **a bastoncino**: per chips, decorazione, accompagnamento; rimarranno croccanti esternamente e morbide all'interno; affettare le melanzane con una mandolina, mezzo centimetro al massimo, poi ricavare i bastoncini;
- **a julienne**: per chips, decorazione, accompagnamento; rimarranno croccanti esternamente e internamente; affettare le melanzane con una mandolina, un paio di millimetri di spessore al massimo, quindi ricavare dei bastoncini.

Preparazione

- A prescindere da come le avete tagliate, tuffarle in una ciotola con acqua e aceto. La proporzione giusta è di 1 cucchiaio di aceto ogni litro d'acqua.
- Lasciarle a bagno per 5 minuti, quindi scolarle.
- Disponerle su un tagliere, quindi salarle. Di solito serve un pizzico di sale a melanzana.
- Metterle in un colino, coprirle con un peso e farle riposare per almeno mezz'ora. Perderanno liquido diventando più dolci e assorbendo meno olio in cottura.

Cottura

- Al momento di cuocerle **NON** sciacquarle, ma disponerle su carta da cucina e tamponarle bene per eliminare il siero in eccesso.
- Scaldare abbondante olio in padella o friggitrice. Deve raggiungere e mantenere i 180° per garantirvi una cottura perfetta. Per la cottura in padella l'ideale è avere un termometro da cucina che vi indica l'esatta temperatura dell'olio.
- Friggere le melanzane fino a doratura. Il tempo esatto dipende dal taglio: più è spesso e più la melanzana ci metterà tempo a cuocere. Tenerla d'occhio con attenzione, perché scurisce in un attimo e diventa amara e immangiabile.
- Quando pronte scolarle bene con una ramina forata o un ragno e disponerle su carta da cucina oppure su carta fritto a farle scolare.
- Solitamente non occorre salarle, ma assaggiare per regolarsi.

Come mantenerle croccanti

- Se avete optato per un taglio croccante, andrebbero mangiate subito. Se avete un tempo di attesa, mettetele nel forno caldo, ma spento, scoperte e con lo sportello leggermente aperto.

Il tipo di olio



- Se volete una melanzana saporita, più morbida che croccante, allora l'ideale è l'olio di oliva. Preferirlo non extravergine: ha un punto di fumo più elevato.
- Se volete una melanzana molto croccante, allora scegliete l'olio di semi di arachide.
- In ogni caso è necessaria la giusta temperatura dell'olio (180°) e mantenerla costante per tutto il tempo di frittura.

STAGIONE

Giugno, luglio, agosto, settembre

AUTORE

Ricetta realizzata da Barbara Farinelli. Fotografia di Giovanni Caprilli. Tutti i diritti riservati.