

Parmigiana di pasta

La **parmigiana di pasta** è una gustosa variante delle melanzane alla parmigiana, realizzata con melanzane grigliate, pomodoro, provola, Parmigiano e un formato di pasta molto grande, come ad esempio i paccheri.

La **parmigiana di pasta** è un piatto ricco e completo, adatto ai giorni di festa. Può essere preparata **un giorno prima** e lasciata in frigorifero fino al momento di gratinarla. Ottima, se avanza, anche il giorno dopo, scaldata nel forno a 200°C per una decina di minuti. Se tende a scurirsi troppo coprirli con la carta stagnola.

INFORMAZIONI

- 6 persone
- **410Kcal** a porzione
- difficoltà **media**
- pronta in **1 ora e ½**
- ricetta **light**
- si può **preparare in anticipo**
- si può **mangiare fuori**

INGREDIENTI

Per la preparazione del sugo

- 1 cipolla bianca di piccole dimensioni
- 1 spicchio di aglio
- 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- 800 g di passata di pomodoro densa
- Sale
- Pepe nero macinato al momento
- Origano

Per cuocere le melanzane

- 800 g di melanzane
- Sale
- Olio di oliva per ungere la piastra

Per completare la preparazione

- 240 g di pasta di grande formato, tipo paccheri
- Sale
- Olio extravergine di oliva
- 100 g di provola bianca o affumicata
- 100 g di Parmigiano Reggiano grattugiato

PREPARAZIONE

Preparare il sugo

- Tritare molto finemente la cipolla, spremere l'aglio con l'apposito spremiaglio oppure tritarlo molto finemente.
- Mettere in un pentolino l'olio, la cipolla e l'aglio tritati e cospargerli uniformemente sul fondo.
- Portare il pentolino sul fuoco e far soffriggere per 4-5 minuti a fiamma molto dolce. Attenzione, l'aglio non deve assolutamente bruciare altrimenti il sugo avrà un sapore amaro.
- Alzare la fiamma, unire la passata di pomodoro, un pizzico di sale, una macinata di pepe e l'origano. Mescolare bene, lasciare che riprenda il bollore e cuocere per 30 minuti a fiamma dolce, coperto.
- Trascorso il tempo indicato verificare che il sugo si sia ristretto a sufficienza. Non deve essere acquoso. In caso prolungare di poco la cottura senza coperchio.

Preparare le melanzane

- Nel frattempo lavare le melanzane e tagliarle a fettine di 1 cm circa. Unire poco sale fino in superficie e metterle in un colapasta per 10-15 minuti circa ponendole in verticale, in modo da favorire il flusso del liquido di vegetazione.
- Trascorso il tempo indicato disporle su uno strofinaccio pulito e tamponarle per eliminare il siero in eccesso.
- Scaldare la piastra in ghisa sul fuoco, ungerla con un filo d'olio ed asciugarla bene con carta da cucina.
- Grigliare le melanzane da entrambi i lati per un totale di 7-8 minuti circa, fintanto che non saranno ben cotte.
- Metterle in un piatto man mano che sono pronte finché non si saranno cotte tutte.

Completare la preparazione



VARIANTE VEGETARIANA

Utilizza un formaggio da grattugia vegetariano al posto del Parmigiano Reggiano. Per una variante vegan utilizza il pangrattato al posto del Parmigiano per gratinare.

- Lessare la pasta in abbondante acqua salata e scolarla al dente. Metterla in una ciotola e condirla con un filo d'olio, mescolando bene in modo che non si attacchi.
- Grattugiare grossolanamente la provola.
- Ungere una capace pirofila (io per 6 persone ne utilizzo una 25x35 centimetri) e disporre sul fondo uno strato di pomodoro.
- Disporre metà delle melanzane, un velo di pomodoro, un po' di provola, una manciata di Parmigiano, un filo d'olio, quindi disporre la pasta.
- Condire con pomodoro, provola, Parmigiano e un filo d'olio, quindi disporre le restanti melanzane.
- Condire con il restante pomodoro, provola, Parmigiano e terminare con un filo d'olio.
- Cuocere nel forno preriscaldato a 200°C per 25-30 minuti circa, accendendo a fine cottura per qualche minuto il grill se dovesse servire per gratinare meglio la preparazione.
- Servire tiepido.

STAGIONE

Giugno, luglio, agosto, settembre

AUTORE

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

I consigli di Barbara

La **parmigiana di pasta** può anche essere congelata, sia prima, sia dopo la gratinatura. Si conserva così per 3 mesi circa. Al momento di consumarla metterla nel frigorifero la sera prima e scaldarla al momento di mangiarla nel forno.