

Pasta melanzane e pomodori

La **pasta melanzane e pomodori** è un primo piatto semplice da preparare, veloce e molto saporito. Ottimo in estate, quando le melanzane sono nel pieno del loro sapore.

La **pasta melanzane e pomodori** è ottima anche fredda. In tal caso lessarla come d'abitudine, scolarla al dente, disporla su un piatto molto largo, condirla con un filo d'olio, mescolarla e farla raffreddare uniformemente. Metterla quindi in una ciotola, unire il condimento, mescolare e lasciar riposare in frigorifero per almeno un'ora prima di servire. Ottima anche il giorno dopo!

INFORMAZIONI

- **2** persone
- **400Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **30 minuti**
- ricetta **vegetariana** e **vegan**
- ricetta **light**
- si può **preparare in anticipo**
- si può **mangiare fuori**

INGREDIENTI

- 1 melanzana di piccole dimensioni
- Sale
- 200 g di pomodorini tipo Pachino
- 4 foglie di basilico
- 3 spicchi di aglio
- 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- 160 g di pasta

PREPARAZIONE

- Lavare la melanzana, scartare l'estremità con il picciolo e tagliarla a cubetti di un paio di centimetri di lato. Metterli in un colino, salare leggermente e mescolare. Lasciarle così riposare per una decina di minuti. Mescolare di tanto in tanto.
- Nel frattempo preparare i pomodorini. Lavarli sotto acqua fresca corrente, tagliarli in 4 spicchi e metterli in un colino assieme ad un pizzico di sale, le foglie spezzettate di basilico, uno spicchio d'aglio affettato.
- Mettere in una padella l'olio, l'aglio spellato e farlo ben dorare. Togliere ed unire le melanzane.
- Cuocere a fiamma vivace fintanto che non saranno ben dorate e morbide. Spegnerle e coprire.
- Lessare la pasta in abbondante acqua salata e, poco prima di scolarla, aggiungere un mestolo di acqua di cottura nella padella delle melanzane, quindi accendere il fuoco.
- Saltare la pasta scolata a fiamma vivace nella padella del condimento per qualche istante, girando di frequente. Spegnerle il fuoco, unire i pomodorini, mescolare e servire.

PASTA DI ABBINAMENTO IDEALE

Gramigna, fusilli, pennette.

STAGIONE

Giugno, luglio, agosto, settembre

AUTORE

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

