

# Sandwich di melanzane al pesto

## INFORMAZIONI

- 2 persone
- **400Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **45 minuti**
- ricetta **light**
- si può **preparare in anticipo**
- si può **mangiare fuori**

## INGREDIENTI

- 2 melanzane di medie dimensioni
- Aceto di vino
- Sale grosso
- Olio extravergine di oliva
- 60 g di Pesto genovese
- 80 g di marzolino o caciotta
- Pepe nero macinato al momento
- Parmigiano Reggiano
- Basilico in foglie per decorare

## PREPARAZIONE

- Lavare le melanzane e tagliarle a fettine di 1 cm circa. Metterle a bagno con acqua e aceto per cinque minuti. Scolarle, cospargerle di sale grosso e metterle in un colapasta per 10 minuti circa ponendole in verticale, in modo da favorire il flusso del liquido di vegetazione. Eliminare il sale spazzolandole o passandole con un pennello a setole rigide.
- Scaldare la piastra in ghisa sul fuoco, ungerla con un filo d'olio ed asciugarla bene con carta da cucina.
- Cuocere le melanzane da entrambi i lati per 10 minuti circa, fintanto che non saranno ben cotte.
- Nel frattempo preparare il pesto e ridurre il formaggio a pezzettini.
- Dividere le melanzane a mucchietti di 3 pezzi e condirli nel seguente modo:
  - disporre la prima fetta di melanzana
  - cospargere con un cucchiaino di pesto, qualche pezzetto di marzolino, ed una macinata di pepe
  - mettere la seconda fetta di melanzana
  - cospargere con un cucchiaino di pesto, qualche pezzetto di marzolino, ed una macinata di pepe
  - mettere la terza fetta di melanzana
  - cospargere con un cucchiaino di pesto e terminare con una grattugiata di Parmigiano Reggiano.
- Mettere in una teglia un foglio di carta da forno ed ungerlo leggermente. Disporvi i sandwich e farli rosolare per 4-5 minuti sotto il grill.
- Servire decorando con foglie di basilico.

## STAGIONE

Giugno, luglio, agosto, settembre

## AUTORE

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



## VARIANTE VEGETARIANA

Utilizza un formaggio da grattugia vegetariano al posto del Parmigiano Reggiano, sia nella ricetta, sia nel pesto.