

# Hamburger di melanzane



**RISPARMIO  
ENERGETICO**

**ALTO**



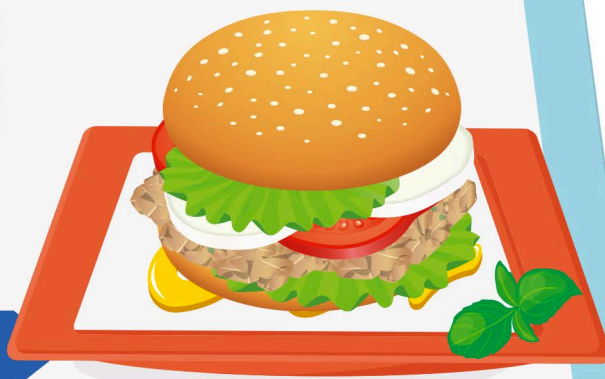
**DIFFICOLTÀ**

**FACILE**



**TEMPO**

**40 MINUTI**

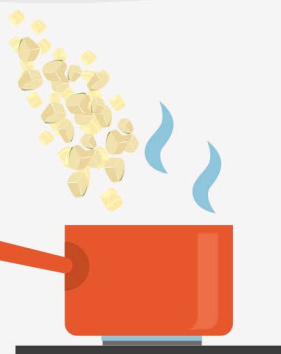


## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

4 panini da hamburger  
1 pomodoro  
4 foglie di lattuga iceberg  
1 mozzarella di bufala  
4 melanzane  
50 gr pecorino grattugiato  
50 gr di polpa di pomodoro  
1 uovo  
2 spicchi aglio  
q.b. foglie di basilico  
q.b. maggiorana  
q.b. pane grattugiato  
q.b. farina  
q.b. sale  
q.b. olio EVO  
q.b. pepe  
q.b. olio di semi di arachidi

## PROCEDIMENTO

Lavare, sbucciare  
e tagliare a pezzi  
le melanzane



Sbollentarle per  
qualche minuto



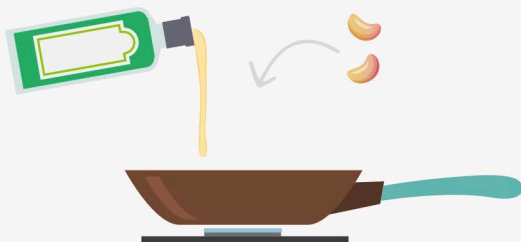
Scolarle e  
strizzarle

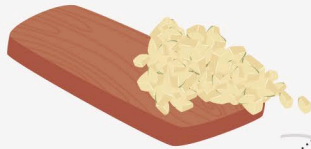


Triturarle  
grossolanamente



In una padella ben calda  
aggiungere dell'olio EVO  
e due spicchi di aglio



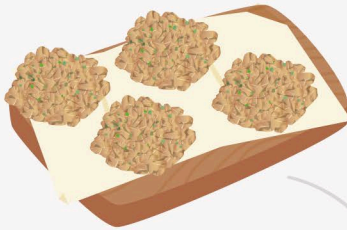


Quando si saranno imbroccati, aggiungere le melanzane

Poi il pomodoro, la maggiorana e il basilico



Aggiustare di sale e pepe e cuocere a fiamma moderata fino ad asciugare il composto



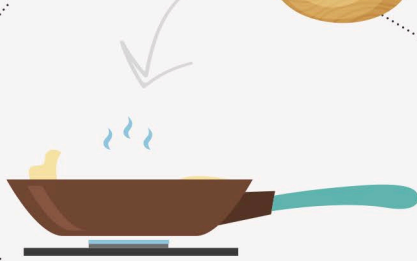
Amalgamare il tutto e formare 4 hamburger



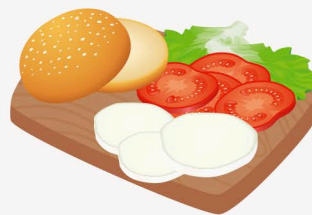
Quando il composto sarà a temperatura ambiente, aggiungere l'uovo, il formaggio, e un po' di pangrattato



Quando pronto, toglierlo dal fuoco, eliminare l'aglio e lasciarlo raffreddare



Passarli nella farina e friggere per qualche minuto in abbondante olio a 160° almeno



Nel frattempo lavare le foglie d'insalata, tagliare il pomodoro e la mozzarella ricavandone 4 fettine

Tostare i panini e farcire partendo dalla prima la foglia di insalata, quindi quella di pomodoro, l'hamburger, e per finire la mozzarella, una foglia di basilico, un filo di olio EVO e del pepe.



## LO SAPEVI CHE...?

- 1 La melanzana tende ad ossidarsi subito quindi il consiglio è quello di sbucciarle e cuocerle subito.
- 2 Gli hamburger di melanzana possono essere preparati anche in quantità superiori e quindi congelati.

## I consigli dello chef

- Uno dei contrasti di questo piatto è la croccantezza del pane. Chi vuole può comunque scegliere un pane diverso o delle salse di accompagnamento.