

🍴 Bruschetta di Melanzane 🍴

Preparazione: 10 min | **Cottura:** 45-60 min | **Porzioni:** 4 | **Difficoltà:** Facile | **Dieta:** Vegana



Ingredienti

- 2 melanzane lunghe (piccole o medie)
- 250 g di pomodori maturi
- Olive verdi
- Capperi
- Foglie di basilico fresco
- Sale e pepe
- Origano
- Olio extravergine d'oliva

Come Preparare

- 1. Cuocere le melanzane**
 - Preriscalda il forno ventilato a 180 °C
 - Lava le melanzane e tagliale a metà (lasciando intatto il picciolo verde)
 - Incidi la parte tagliata di ciascuna metà in senso longitudinale e trasversale (creando una griglia)
 - Disponi le melanzane su una teglia rivestita di carta forno, con la parte tagliata rivolta verso l'alto
 - Irrora con olio extravergine d'oliva, aggiungi sale e pepe
 - Cuoci in forno per 45-60 minuti (o finché non saranno morbide e completamente cotte)
 - Sfora e lascia raffreddare
- 2. Preparare il condimento di pomodori e olive**
 - Mentre le melanzane cuociono, lava i pomodori e tagliali a dadini (prima a metà, poi a cubetti)
 - In una ciotola, mescola insieme:
 - i pomodori a dadini
 - olio extravergine d'oliva
 - sale e pepe
 - origano
 - olive verdi (tritate o a rondelle)
 - capperi
- 3. Assemblare la bruschetta**
 - Disponi le metà di melanzane arrosto su un piatto da portata
 - Condisci ciascuna metà con il mix di pomodori e olive
 - Guarnisci con foglie di basilico fresco

👉 Video ricetta completo: <https://www.youtube.com/watch?v=7bFv4poTRrk>