



"La parmigiana d'aubergines est une de mes recettes préférées. C'est beau, c'est gourmand, et en plus c'est végétarien!"
Simone

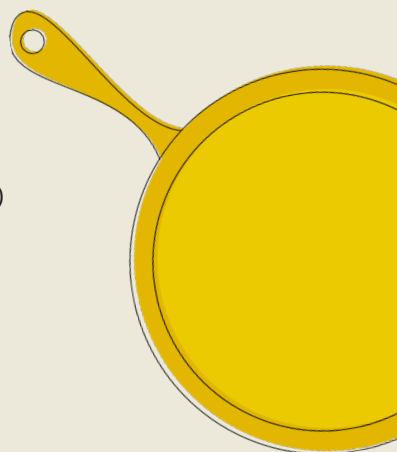
PARMIGIANA

Pour 4 personnes

INGREDIENTS

- 6 aubergines
- 800 g de pulpe de tomate*
- 10 g de gros sel
- 500 ml d'huile végétale (pour la friture)
- 50 g de farine
- 1 bouquet de basilic
- 80 g de pecorino*
- 80 g de Parmigiano Reggiano*
- 2 boules de mozzarella
- 30 ml d'huile d'olive*
- 3 gousses d'ail
- Du sel et du poivre

* retrouvez le produit dans l'épicerie



À RÉALISER LA VEILLE

1. Préparer une sauce tomate en faisant cuire la pulpe de tomate assaisonnée d'huile d'olive, d'ail, de basilic, de sel et de poivre. Laisser mijoter puis réserver. (Retrouvez la recette complète de notre sauce tomate dans les recettes de base du club Casa Zanoni)

2. Éplucher les aubergines et les trancher dans la longueur pour obtenir des tranches d'un demi centimètre. Réserver les épluchures. Disposer les tranches d'aubergine dans un bac. Saler chaque couche pour dégorger l'eau des aubergines. Filmer et laisser dégorger au réfrigérateur jusqu'au lendemain.

Attention à ne pas trop saler les aubergines. Quelques pincées de sel suffisent pour les aider à rendre l'eau qu'elles contiennent. Si vous salez trop, il faudra les rincer le lendemain et elles absorberont alors l'eau qu'elles auront perdu.



RÉALISATION

3. Faire chauffer l'huile végétale à 180 °C. Préchauffer le four à 160 °C.

4. Éliminer l'eau rejetée dans la nuit par les aubergines en les pressant dans une passoire puis les sécher dans un linge propre.

5. Fariner une à une les tranches d'aubergines puis les plonger dans l'huile bouillante quelques minutes pour les frire jusqu'à l'obtention d'une belle couleur dorée. Débarrasser dans un bac sur du papier de cuisine pour absorber l'excédent d'huile de friture. Répéter l'opération jusqu'à ce que toutes les tranches d'aubergines soient frites.

Préférez une petite casserole dans laquelle vous faites frire 2 ou 3 tranches d'aubergine à la fois pour garder la température de la friture à haute température. En ajoutant trop d'aubergines dans l'huile de friture, vous risquez de faire baisser sa température.



6. Pendant que les dernières tranches d'aubergines cuisent, couper les peaux des aubergines en julienne fine. Les passer rapidement dans la farine et les faire frire dans l'huile encore bouillante. Réserver.

7. Monter la parmigiana. Commencer par une fine couche de sauce tomate. Saupoudrer de parmesan et de pecorino râpé. Émietter un peu de mozzarella dessus. Parsemer de quelques feuilles de basilic frais. Recouvrir d'une couche d'aubergines frites et poivrer. Répéter les différentes couches jusqu'à épuisement des ingrédients.

8. Terminer le montage de la parmigiana avec une couche de sauce tomate recouverte de pecorino et parmesan râpé.

Il est préférable de ne mettre ni basilic ni mozzarella sur la couche supérieure de la parmigiana car ils risqueraient de s'abîmer au four.



9. Couvrir la parmigiana d'aluminium et enfourner à 180-200 °C pendant 40 à 60 minutes (selon la puissance de votre équipement).

10. Après cette première cuisson, sortir la parmigiana du four pour retirer l'aluminium. Saupoudrer la parmigiana de parmesan et de pecorino. Ajouter de la mozzarella émietée puis enfourner à nouveau pour la faire gratiner pendant 8 minutes, en mode grill.

Laissez reposer la parmigiana avant de la déguster. Elle sera encore meilleure après quelques heures!



11. Au moment de servir, garnir la parmigiana de quelques feuilles de basilic frais et de friture de peaux d'aubergines.

CLUB
CASA ZANONI