

Melanzane ripiene di couscous



Tempo preparazione:
20 minuti

Tempo di cottura:
35 minuti

Dosatura:
Per 40 persone

Elenco ingredienti

2 melanzane, tagliate a metà'
45 ml (3 cucchiaini) di olio d'oliva
sale e pepe nero macinato al momento
50 g di couscous
75 g di funghi champignon piccoli
25 g di pinoli, leggermente tostati
8 ciuffi di basilico
8 ciuffi di prezzemolo
4 di pomodori secchi sott'olio, scolati e tagliati grossolanamente
4 cipollotti freschi, tritati
50 olive nere snocciolate
1 spicchio d'aglio schiacciato

Per la salsa alla panna:

150 g di panna da cucina
scorza grattugiata e succo di 1 lime
30 ml di salsa al pesto



Istruzioni per la preparazione

1. Scalda il forno a 220°C. Taglia le melanzane a metà nel senso della lunghezza. Incidi e scava la polpa attorno ai bordi, facendo attenzione a non rompere la buccia.
2. Usa metà della dose di olio d'oliva per spennellare le melanzane, quindi disponile su una placca da forno, cospargile di sale e passale in forno per 15-20 minuti, fino a quando la polpa sarà diventata morbida e tenera. Abbassa la temperatura a 190°C.
3. Versa il couscous in una terrina e copriilo con 150 ml di acqua bollente. Mettilo da parte e lascia che si gonfi. Monta il disco per affettare grossolanamente sul Food Processor e affetta i funghi. Monta poi la lama universale, aggiungi metà della dose di pinoli, il basilico e il prezzemolo e trita.
4. Versa il trito nel couscous, aggiungendo anche i pomodori secchi, le olive snocciolate, il resto dei pinoli interi e l'aglio. Svuota le melanzane e tritane finemente la polpa servendoti della lama universale. Incorporala nel couscous e suddividi il composto così ottenuto nelle mezze melanzane svuotate.
5. Disponi le melanzane in una pirofila poco profonda, irrorale con il restante olio e inforna per 15 minuti. Nel frattempo, mescola la panna con il succo e la scorza grattugiata del lime. Guarnisci questa salsa con il pesto e servitela per accompagnare le melanzane ripiene.