{loadposition myposition1}

<<torna indietro

Ingredienti:

triglie di picola taglia, 300 gr.
olio extravergine d'oliva, q.b.
melanzane, 200 gr.
cipolla piccola, 1
aglio, 1 spicchio
foglie di prezzemolo, q.b.
il succo di mezzo limone,
olio, q.b.
sale, pepe macinato al momento, q.b.

Preparazione:

Sbucciate le melanzane.
Riducetele a dadini.
Sistemateli in un colapasta.
Salateli.
Lasciate a riposo per circa un'ora.
Sminuzzate la cipolla, aglio e prezzemolo.
Metteteli in una casseruola.
Fate soffriggere con un goccio d'olio su fuoco dolce.
Sciacquate rapidamente le melanzane sotto acqua corrente.
Aggiungetele al soffritto.
Regolate con poco sale e pepe.
Cucinate per 30 min. circa con la casseruola coperta.
Versate di tanto in tanto un goccio d'acqua affinché non si attacchino al fondo.
Spostate le melanzane e il sugo di cottura nel mixer.
Unite 2 cucchiai di olio e il succo di limone.
Passate il tutto.
Regolatelo di sale e pepe.
Vuotate la salsa in una salsiera e spostatela in luogo fresco.
Mettete sul fuoco una padella per fritti munita di cestello.
Fate scaldare l'olio.
Sciacquate velocemente le triglie di picola taglia
Asciugateli con cura.
Passateli nella farina.
Tuffatene pochi alla volta nella padella con l'olio.
Levate una volta che saranno ben dorati.
Scolateli su carta da cucina.
Continuate fino al termine dei pesciolini.
Raggruppateli infine tutti in un piatto di portata caldo.
Salate.

Servite subito con la salsa preparata.