

Home » Cottura » Frittura » **Parmigiana di melanzane e riso**

[AL FORNO](#) [AUTUNNO](#) [COTTURA](#) [ESTATE](#) [FRITTURA](#) [INVERNO](#) [PIATTO UNICO](#) [PRIMAVERA](#) [PRIMI PIATTI](#) [RICETTE](#)
[RISO](#) [STAGIONALI](#)

PARMIGIANA DI MELANZANE E RISO

Hai presente quei piatti che, quando te li mettono di fronte, non puoi proprio dire di no? Ognuno ha i suoi preferiti, e uno dei miei di certo è la parmigiana di melanzane. Non resisto al suo profumo, alla sua consistenza, alla cremosità del formaggio che fila quando affondo la forchetta... ecco, mi è già venuta una certa acquolina!

Quante volte mi è capitato, la domenica, di portare in tavola questa delizia e di vederla sparire in pochi minuti! E visto che non c'è mai limite al meglio, ho deciso di provare a rendere la parmigiana ancora più golosa alternando le melanzane a uno strato di delizioso riso cotto direttamente nel sugo di pomodoro. Il risultato è stato goloso come non mai e, come puoi immaginare, la teglia è stata ripulita in un battito di ciglia!

Per questa ricetta ho scelto di utilizzare il riso Baldo, lo conosci? Si tratta di una delle varietà storiche della risicoltura italiana, perfetto per risotti e insalate. Ho sviluppato la ricetta della parmigiana di melanzane e riso proprio in collaborazione con l'Ente Nazionale Risi e in occasione della creazione del portale Voglia di Riso, che ti invito a visitare per scoprire tante curiosità e informazioni utili su questo prezioso ingrediente!

SONIA PERONACI



Ricette, consigli e un po' di Sonia: appassionata, volitiva, determinata e... sempre affamata! Non nel senso letterale del termine: voglio scoprire nuovi sapori e profumi, nostrani e del mondo intero. E voglio farli scoprire anche a te!

TIRAMISU' CLASSICO, la ricetta O...



ISCRIVITI AL MIO CANALE





PREPARAZIONE: 1 h RIPOSO: 1 h COTTURA: 90 min. DIFFICOLTÀ: media COSTO: economico

PARMIGIANA DI MELANZANE E RISO: INGREDIENTI PER 6-8 PERSONE

riso Baldo 300g
melanzane 1 kg
cipolle tritate 1
aglio tritato 1
olio extravergine di oliva 200 ml
passata di pomodorini 1 kg
formaggio grattugiato 100 g
provola a cubetti 200 g
basilico 10 foglie
brodo vegetale 400 ml
acqua 400 ml

PER FRIGGERE

olio di arachidi 400 ml

PARMIGIANA DI MELANZANE E RISO: PROCEDIMENTO OCCUPATI DELLE MELANZANE

Inizia a preparare la parmigiana di melanzane e riso tagliando per prima cosa le melanzane per il lungo ricavando fette dello spessore di 5 mm circa*.



FACEBOOK



Sonia Peronaci
605.687 "Mi piace"

Mi piace

Scopri di più

eccesso e lasciale da parte.



PREPARA IL RISI

In un'altra pentola fai scaldare l'olio e soffriggi la cipolla tritata fine e l'aglio; non appena gli ingredienti saranno imbionditi, aggiungi la passata e l'acqua e sala a piacere. Cuoci a fuoco basso per un'ora circa. Non appena il sugo sarà pronto, potrai decidere se frullarlo oppure mantenerlo più rustico.

A questo punto, cuoci il riso nella passata per circa 20 minuti o comunque per il tempo indicato sulla confezione, regola di sale se necessario e, sempre se necessario, versa di tanto in tanto un mestolo di brodo vegetale ben caldo.



COMPONI LA PARMIGIANA

Sporca il fondo della teglia con la passata che hai tenuto da parte, adagia delle fette di melanzane coprendo tutta la superficie e ricopri con quattro cucchiari di riso, qualche foglia di basilico e abbondante formaggio grattugiato e provola tagliata a dadini***.



Ripeti il procedimento per ottenere almeno quattro-cinque strati, poi inforna in forno statico a 180° per circa 30 minuti. Puoi portare in tavola la tua deliziosa **parmigiana di melanzane e riso!**



PARMIGIANA DI MELANZANE E RISO: NOTE

* Ti consiglio, al fine di ottenere fette di melanzane il più regolari possibile, di utilizzare la mandolina, uno strumento molto utile in cucina!

** Per rendere la ricetta più light, potrai decidere di grigliare le melanzane anziché friggerle

*** Se non ti piace la provola, potrai sostituirla con scamorza o, in generale, con il tuo formaggio a pasta filante preferito.

Vuoi ottenere una cottura perfetta delle tue melanzane? Ti consiglio di seguire il mio tutorial sulla frittura perfetta: non potrai sbagliare!

Se anche tu come me ami alla follia il riso, ti invito a visitare il sito [Voglia di Riso](#) per conoscere tutte le varietà italiane!

PARMIGIANA DI MELANZANE E RISO: CONSERVAZIONE

L'ideale è consumare la tua parmigiana di melanzane e riso non appena pronta; in alternativa, potrai conservarla per 1-2 giorni al massimo in frigorifero in un contenitore ermetico ben chiuso.

LEAVE A COMMENT

QUESTA RICETTA È STATA REALIZZATA CON:



LASCIA UN COMMENTO

Il tuo indirizzo email non sarà pubblicato.

