

heute gibt es...

Polpette di melanzane con sugo di pomodoro



Ingredienti(Per circa 16 palline)

Per la salsa di pomodoro:

- 2 lattine pomodori pelati
- 1 cipolla piccola
- 1 spicchio d'aglio
- 2 EL Olivenöl
- 10 foglie di basilico
- Sale e pepe
- optional: soda, basilico secco

Per il Polpette:

- 1 melanzana (circa 230g puliti)
- 130g Paniermehl
- 1 uovo
- 130g parmigiano grattugiato
- po 'di farina
- olio per friggere insapore
- Sale, pepe, noce moscata

Preparazione:

Tomatensugo:

1. cipolla pulita e l'aglio e tritate finemente entrambi.
2. L'olio in una casseruola, aggiungere la cipolla e l'aglio e soffriggere a fuoco lento.
3. Poi i pomodori - dopo la rimozione del codolo - grossolanamente tritate e aggiungere.
4. Regolare il calore del forno in modo che il Sugo po 'ebollizione e cuocere per circa 45 minuti. La salsa di pomodoro finito deve essere di spessore, ma in modo che i pezzi di pomodoro sono ancora riconoscibili.

SuggerimentoNella mia famiglia usiamo sempre un po 'di bicarbonato di sodio per neutralizzare l'acido. Se si desidera che questo anche per provare, poi la soda dare circa 20 minuti dopo l'inizio della cottura nel sugo.

Ma attenzione: Vai con parsimonia in ordine, altrimenti la salsa ha un sapore divertente che si ottiene poco più di distanza. Come linea guida per questo importo Sugo: circa 1 pizzico di bicarbonato.

5. aggiungere il sale a Sugo per circa 5 minuti prima della fine della cottura e pepe, tritare le foglie di basilico e mescolate nella salsa.

Polpette:

1. Melanzana pulito, tagliare e far bollire in acqua salata per 10 minuti. I dadi poi ceppo e come diventano purea tiepida con un frullatore a immersione.
2. Pangrattato, l'uovo e il parmigiano melanzane a massa aggiungere e mescolare bene con le mani. Condire con sale, pepe e noce moscata e impostare per circa 15 minuti in frigorifero.

3. Una volta che la massa non si attacca più alle mani, le palle formano con le mani. Questi dovrebbero essere come una moneta da 2 € circa le dimensioni del diametro.
4. Scaldare l'olio per friggere in una padella, infarinare leggermente le palle e doratura in olio caldo, mescolando spesso - o per gustare un po 'croccanti - avannotti.
5. dare le palle finiti su carta assorbente in modo che l'olio in eccesso può quindi essere assorbito.

Le polpette di melanzane serviti caldi o tiepidi () su qualcosa di salsa di pomodoro calda e guarnire con basilico.

