



Cuciniamo all'italiana con lo Chef Marco Serra

1 - "Parmigiana di melanzane" con pesce spada e feta
(vino consigliato: Malvasia del Collio, cantina Muzic Friuli Venezia Giulia)

-- Ricetta per 4 persone --

Ingredienti:

500 gr di melanzane
200 gr di feta greca
1 cipolla bianca di media grandezza
1 spicchio d'aglio
300 gr di pesce spada fresco o congelato
1 confezione di passata di pomodoro o pelati da 500 gr
Olio extra-vergine di oliva 200 ml
Sale e pepe q.b

Preparazione:

Tagliare a rondelle le melanzane, cospargerle con sale fine e lasciarle riposare per 30 min per eliminare l'acqua e l'amaro delle melanzane. Dopo di che, disporle in stato unico su una teglia cospargendole di olio, e cuocere in forno per 20 min a 220°C.

Per la preparazione del sugo di pomodoro e pescespada: tritare cipolla e aglio e soffriggere con olio extra-vergine di oliva per circa 1 min. Quindi aggiungere il pesce spada (di cui abbiamo precedentemente eliminato la pelle e la lisca) e cuocere per circa 4 min. Aggiungere la passata di pomodoro, sale e pepe, e cuocere per circa 15 min a fuoco medio-forte.

Ritirare le melanzane ormai cotte dal forno, adagiare il primo strato di sugo con il pesce spada, fare un primo strato di melanzane, aggiungere la feta sbriciolata, aggiungere un nuovo strato di sugo di pesce spada, melanzane e feta, completare con il sugo ed infornare a 200°C per 45 min.

Servire su piatto decorando con basilico fresco. Buon appetito!



Μαγειρεύοντας αλά ιταλικά με τον Σεφ Μάρκο Σέρα

1 - Παρμιτζάνα με μελιτζάνες, ξιφία και φέτα

(Συνοδεύεται από κρασί: Μαλβαζία ντελ Κόλλιο, Κελάρι Muzic - Φριούλι Βενέτσια Τζούλια)

-- Συνταγή για 4 άτομα--

Υλικά::

500 γρ. μελιτζάνες

200 γρ. φέτα

1 λευκό κρεμμύδι μεσαίου μεγέθους

1 σκελίδα σκόρδο

300 γρ. ξιφία, φρέσκο ή κατεψυγμένο

1 κονσέρβα των 500 γρ. τοματοπολτό ή αποφλοιωμένες ντομάτες

Εξαιρετικά παρθένο ελαιόλαδο 200 ml

Αλάτι, πιπέρι

Διαδικασία:

Κόβουμε τις μελιτζάνες σε ροδέλες, τις πασπαλίζουμε με αλάτι και τις αφήνουμε στην άκρη για 30 λεπτά για να φύγουν τα πολλά νερά και η πικρή γεύση της μελιτζάνας. Ρίχνουμε ελαιόλαδο και ψήνουμε στο φούρνο για 20 λεπτά στους 220°.

Για τη σάλτσα ψιλοκόβουμε το κρεμμύδι και το σκόρδο, τσιγαρίζουμε με ελαιόλαδο για 1 λεπτό περίπου, έπειτα καθαρίζουμε τον ξιφία, τον απλώνουμε και σοτάρουμε για περίπου 4 λεπτά. Προσθέτουμε τη ντομάτα, αλατοπιπερώνουμε, και μαγειρεύουμε για περίπου 15 λεπτά σε μέτρια φωτιά.

Ξεφουρνίζουμε τις μελιτζάνες, απλώνουμε την πρώτη στρώση σάλτσας με τον ξιφία, προσθέτουμε τη φέτα τριμμένη, απλώνουμε άλλη στρώση σάλτσας, μελιτζάνες, φέτα. Τέλος, απλώνουμε τη σάλτσα και ψήνουμε για 45 λεπτά στους 200°.

Τοποθετούμε σε πιατέλα, γαρνίρουμε με φρέσκο βασιλικό και σερβίρουμε.

Καλή όρεξη!