



Boulettes d'aubergines à la parmigiana

★★★★★

Des aubergines à la parmigiana façon boulettes inspirées du chef Y. Ottolenghi

Type de plat Plat principal

Cuisine Italienne

Temps de préparation 25 minutes

Temps de cuisson 35 minutes

Portions 4 personnes

Calories 522kcal

Ingrédients

Pour les boulettes

- 1 kg aubergine
- 100 g ricotta
- 75 g parmesan râpé
- 2 oeuf
- 100 g chapelure
- huile d'olive

Pour la sauce

- 400 g tomates concassées
- 70 g concentré de tomates
- 3 brins basilic
- 1 cuillère à café paprika

Pour l'accompagnement

- 200 g riz basmati

Instructions

1. Préchauffez le four à 180°C. Coupez les aubergines en cubes d'environ 2 cm et déposez sur une plaque. Arrosez d'huile d'olive, salez et poivrez puis enfournez pour 30 minutes à 180°C en remuant de temps en temps. Réservez et laissez refroidir.
2. Mettez les tomates concassées et le concentré de tomates dans une petite casserole. Salez, poivrez et assaisonnez en paprika. Laissez cuire à feu doux 10 minutes puis ajoutez le basilic ciselé et mélangez.
3. Hachez les cubes d'aubergine au couteau et déposez dans un saladier. Ajoutez le parmesan, la ricotta, les oeufs, la chapelure, salez et poivrez.
4. Formez des boulettes (environ 16) et faites-les dorer 3-4 minutes dans une poêle bien chaude avec un filet d'huile d'olive. Déposez dans un plat.
5. Versez la sauce sur les boulettes et enfournez 20 minutes à 180°C. Ajoutez du basilic ciselé et du parmesan râpé. Servez avec le riz basmati (vous pouvez également mettre le riz dans le fond du plat avec les boulettes)