

COTOLETTA VEGETALE

Ingredienti

- olio extravergine d'oliva
- sale
- 2 uova
- Fontina (100gr)
- pangrattato (60gr)
- melanzane (400gr)
- prosciutto cotto (100gr)

Come si prepara

Prendere le melanzane del tipo tondo.

Tagliarle a fette spesse mezzo centimetro, cospargere le fette di sale e lasciar riposare coperte per una ventina di minuti perché perdano l'amaro.

Passare le melanzane nell'uovo e quindi nel pangrattato.

Friggere in olio caldissimo, poi asciugare bene su carta da cucina.

Prendere una fetta di melanzana frita, farcire con prosciutto e fontina e ricoprire con un'altra fetta di melanzane frita.

Mettere in forno caldo fino a quando il formaggio sarà sciolto.

Difficoltà: 2

Tempo: 30

Gradimento: 2

Tabella nutrizionale

Valore energetico	122 kcal 511 kJ
-------------------	--------------------

Tags

fritti, occasioni speciali, bambini, new, feste, cucina per bambini, Cotoletta vegetale, fettine



panate, melanzane fritte, vegetale, tradizionale, mediterraneo

