

Milingiani 'mbuttunati
gevulde aubergines
volgens een recept van
nonna Monteleone

VINI VIVI

wines selected by MONTELEONE



Ik leerde dit typisch Calabrese gerecht van mijn mama.
Het is mijn absoluut favoriete bereiding van aubergines.

Heel eenvoudig en tegelijkertijd heel bijzonder
en rijk aan smaak en mediterrane geuren.

'Mbuttunati betekent 'geknoopt'.

De naam komt van de groeven die je in de vrucht moet snijden.
Het lijken 'knoopsgaten' die gevuld moeten worden.

Recept

VINI VIVI

wines selected by MONTELEONE

Ingrediënten

8 kleine langwerpige aubergines
Basilicum, peterselie, look
Peper, zout, nootmuskaat
Olijfolie DOI van Negutta
Rode ui, pikant pepertje
150 gr. broodkruim
150 gr. gemalen kaas (Grana Padana)
700 ml passata (tomatensaus)

Bereiding

Was de aubergines. Snijd enkele diepe verticale sneden over de volledige aubergine. Laat er telkens ongeveer 1 cm tussen. Doe in elke gleuf een beetje zout met behulp van een mes. Laat dit zout goed intrekken (liefst enkele uren of laat zelfs een nachtje staan) zodat je al het vocht uit de vrucht kan knijpen.

Meng in een kom het broodkruim, de gehakte knoflook, gemalen kaas en kruiden. Breng op smaak met zout en peper. Tip: Maak je broodkruim zelf van gedroogde restjes brood. Je recycleert korstjes en het smaakt veel beter!

Voeg in elke snede het mengsel van het broodkruim toe en zorg ervoor dat het wordt samengeperst om de aubergine goed te vullen. Doe er hier en daar een volledig blaadje basilicum tussen.

Giet in een grote braadpan een bodem olijfolie. Licht verwarmen (niet te heet laten worden) en bak de aubergines op middelhoog vuur. Ongeveer 15 minuten zachtjes bakken aan elke kant. Keer ze vaak om met een tang. Als ze helemaal gaar zijn, leg je ze op keukenpapier. Bewaar de olie!

Giet in een grote pan een beetje olijfolie, bak de gesneden ui lichtbruin en voeg dan de passata toe en een fijn gesneden pikant pepertje. Laat een paar minuten goed doorkoken. Voeg de olijfolie waarin je de aubergines hebt gebakken toe en laat nog een beetje sudderen. Breng verder op smaak met zout, peper en een beetje nootmuskaat.

Leg de aubergines voorzichtig in de saus en bak nog een beetje door. Niet te veel omroeren want dan blijven de aubergines niet heel.

Serveer de aubergines met buccatini of gewoon met brood.

Om duimen en vingers af te likken!