

1 Febbraio 2017

### Componenti del gruppo:

- Anna Maria Rotella
- Carmen Grampone
- Claudia Gregorace
- Daria Iannice
- Francesco Infusino
- Giovanna Brunetti



Abbiamo scelto di creare questo gruppo, poiché ognuno di noi, essendo bravo in qualcosa di differente rispetto all' altro è riuscito a portare a termine uno degli obbiettivi del 2017, ovvero creare un video dove venga illustrata una ricetta tipica calabrese, **LE MELANZANE RIPIENE..**

### INGREDIENTI:

- 3 melanzane
- 500g di macinato di carne
- 1 uovo
- pane raffermo
- 1 cucchiaio di pecorino
- sale
- salsa di pomodoro
- 1 cucchiaio d' olio d' oliva
- aglio
- pangrattato



## PROCEDIMENTO:

Per preparare le melanzane ripiene iniziate tagliando le estremità delle melanzane, lavatele, asciugatele e tagliatele a metà per il verso della lunghezza. Mettetele a bollire in una pentola fino ad ammorbidirle, ed una volta ammorbidite incidetele lungo il bordo ed estraete la polpa dalle melanzane servendovi di un cucchiaio.

Nel frattempo preparate il sugo : soffriggete mezzo aglio tritato e aggiungete poi la salsa di pomodoro, lasciate cuocere per circa 15/20 minuti, quindi salate e aggiungete un filo d'olio.

Aggiungete la polpa di melanzana (spezzettata), il pangrattato, il pecorino, l'uovo, e il pane raffermo nel macinato di carne e impastate il tutto insieme.

Una volta finito tutti i procedimenti mettete l'impasto dentro le melanzane e riempitele fino all'orlo.

Posizionate, quindi, le melanzane ripiene dentro una teglia e aggiungete un cucchiaio di sugo sopra ognuna. Mettere in forno a 200/250 gradi per circa 20 minuti.



## CURIOSITA':

Le melanzane ripiene sono un piatto tipico della tradizione contadina spagnola, che con il passare del tempo si è molto diffuso nella nostra penisola, dando vita a una interessante gamma di varianti. Ogni regione, sulla base dei propri prodotti tipici ha ideato la sua versione, e molte di loro vorrebbero vantarne l'origine in tutto il paese. Le melanzane ripiene sono una "tradizione" di famiglia, una delle classiche ricette della nonna, realizzate soprattutto d'estate proprio per l'abbondanza di questo ortaggio. Non a caso le melanzane ripiene sono ottime da gustare sia calde sia fredde! Da nord a sud vengono farcite con svariati ingredienti come carne, pasta, verdure o riso e di conseguenza vengono servite sia come antipasti, primi, secondi e contorni e addirittura a volte come dolce. Spostandosi da regione a regione, oltre a cambiare il ripieno e il tipo di portata, cambia anche il nome, che viene modificato in base al dialetto del posto.

## ORGANIZZAZIONE DEL GRUPPO :

Durante lo svolgimento del progetto ogni componente del gruppo ha collaborato, svolgendo il proprio compito; ad esempio Gregorace Claudia ha scritto la ricetta e trovato le canzoni da mettere di sottofondo per il video (**KILL EM WITH KINDNESS** -Selena Gomez e **CHEAP THRILLS** -Sia),

Grampone Carmen e Brunetti Giovanna hanno tradotto la ricetta e gli ingredienti dall'italiano al francese, Infusino Francesco si è occupato delle riprese e del montaggio video, Rotella Anna Maria ha illustrato lo svolgimento della ricetta durante il video e Iannice Daria, non essendo potuta essere presente durante lo svolgimento del progetto ha collaborato nello scrivere il diario.