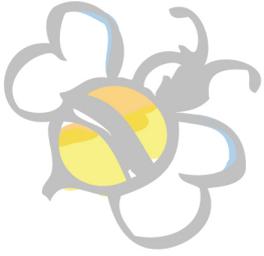




Paella di riso nelle melanzane - [Visualizza sul sito](#)  
di Sconosciuto



eCucinando.it



piatto unico - carne - crostacei - ortaggi - riso

### Ingredienti

Per 6 persone

3 melanzane kg 1,100 - riso g 250 - un pomodoro maturo ma sodo g 100 - petto di pollo g 90 - code di gambero da sgusciare g 80 - scalogno aglio - parmigiano grattugiato - vino bianco secco - olio extravergine d'oliva - sale - pepe.

Tempo occorrente: circa un'ora e 30'

### I passaggi



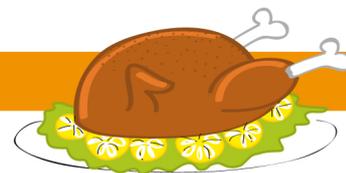
1 Dividete orizzontalmente a metà le melanzane, ottenendo 6 pezzi uguali. Per svuotarli, fate un taglio intorno, lasciando un bordo largo mm 4, quindi infilate il coltello dall'esterno a circa 3/4 di altezza e, spingendolo in profondità, fatelo ruotare in modo che la polpa esca tutta intera.

2 Sgusciate a crudo le code di gambero. Riducete in dadolata g 150 di polpa di melanzana, salatela, raccoglietela poi in un colapasta, quindi lasciatela per 15' a fare l'acqua.

3 Riducete a dadini il petto di pollo, le code di gambero e il pomodoro, dopo averlo sbollentato, pelato e svuotato dei semi. Strizzate quindi bene la dadolata di melanzana dall'acqua di vegetazione.

4 Rosolate 2 spicchi d'aglio in 2 cucchiainate d'olio; unite la dadolata di melanzana, saltatela velocemente, poi aggiungete i dadini di pollo e quelli di code di gambero; tenete il tutto su fuoco vivo ancora per pochi secondi, poi spegnete, salate e pepate.

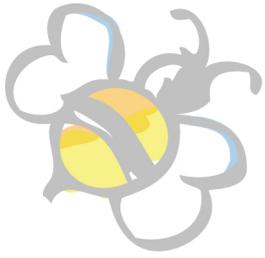
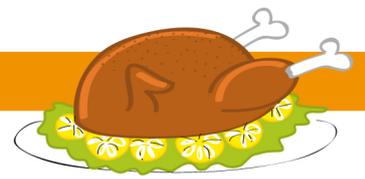
5 Fate appassire uno scalogno tritato in 2 cucchiainate d'olio; unite il riso, tostatelo, bagnatelo con mezzo bicchiere di vino e con tanta acqua quanta sarà necessaria per portarlo circa a metà cottura; spegnete e unite i dadini di pomodoro, il misto con il pollo e sale



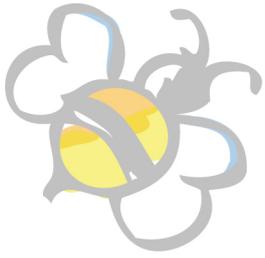
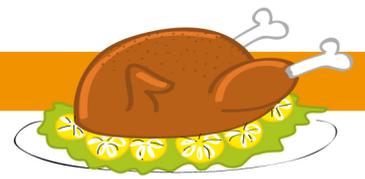
6 Distribuite il riso tra le melanzane vuote, conditele con parmigiano e un filo d'olio, mettetele in una pirofila con mezzo bicchiere di vino, quindi infornatele a 200° per 45' circa



Dal sito eCucinando.it



eCucinando.it



eCucinando.it