

Italienska smaker sedan 1999



Spirito Contadino

DEN VÄRDEFULLA JORDEN



Art.nr 13585 **Barchette di Melanzane Mignon**

Solanum melongena

Aubergine har få kalorier och låg fetthalt, innehåller kalium, vitamin A, vitamin C, fosfor och kalcium. Dess skal innehåller ämnen som är fördelaktiga för levern, bukspottkörteln och tarmarna. Det främjar också ökningen av produktionen av galla, stimulerar dess frisättning av levercellerna och underlättar matsmältningen. En fördel som leder till förbättring av leverfunktionen och minskning av kolesterolhalten i blodet.



TILLAGNING: koka den frysta produkten i kokande vatten i 3 minuter, fyll efter önskemål och komplettera vid behov i ugnen vid 180°C med tanke på fyllningens tillagningstider.

Barchette di Melanzane Mignon tolkad av Chef di Spirito:

"Skördade för hand, skurna på mitten och tömda på kärnorna. Mignon Aubergine "båtar" kan fyllas med vilken ingrediens som helst, serveras kall eller sauterad i ugnen eller i panna och blir en mycket uppskattad kreativ och hälsosam plockmat att erbjuda dina gäster."



FYLLED AUBERGINE "BÅT": 4 person

8 st Barchette di Melanzane Mignon · 500 g Creme Fraiche · 4 msk majonnäs
· 8 skivor Prosciutto Crudo · kapis · Extra Jungfruolja · Salt & Peppar

Koka den frysta Barchette di Melanzane Mignon i vatten i 3 min, stek klart i Extra Jungfruolja. Blanda Creme Fraich och majonnäs och lägg i små kapis, salt & peppra efter smak. Rosta skivor av Prosciutto Crudo i ugnen tills de blir knapriga.

Lägg upp den stekta Barchette di Melanzane Mignon på ett fat, lägg på majonnäsöran och toppa med en skiva Prosciutto Crudo.

Njut!

molino

Manufakturgatan 23 · 417 07 Göteborg · Tel. +46 (0) 31 21 27 77 · info@ilmolino.se · ilmolino.se