

OLIO CUORE

Strudel di melanzane e pomodori



Ingredienti

Pasta:

- 300 g farina 0
- 100 g di farina integrale
- 1 cucchiaio di **Olio Cuore**
- qb acqua
- 15 g lievito di birra
- 1 g zucchero

Farcia:

- 700 g melanzane globose
- 200 g mozzarella
- origano
- basilico fresco
- 90 g di passata di pomodoro
- 90 g pomodorini tagliati a pezzetti sgocciolati
- 3 cucchiaini **Olio Cuore**
- **Sale Iposodico Cuore**
- qb pepe

- **Portata: Piatti unici**
- **Tempo: 50"**
- **Persone: 10**
- **Calorie: 242.6 Kcal**
- **Grassi: 8.4 g**

Preparazione

- Pasta: in una ciotola versare le farine, poi aprirle al centro. Sciogliere il lievito in 30 g circa d'acqua e aggiungere lo zucchero. Versare il lievito nella farina, spolverizzare e lasciare fermentare per 15 min.
- Iniziare a impastare aggiungendo anche tre pizzichi di sale, l'olio di mais e 170 g circa di acqua.
- Lavorare energicamente la pasta per 10 min (dovrà risultare soda), quindi coprirla con un telo e lasciare lievitare per 90 min.
- Farcia: sbucciare le melanzane, tagliarle a fette e grigliarle in forno a 200° per 8/10 min (tenere monitorata la cottura). Pennellare le melanzane con l'olio di mais e salare.



- In una ciotola porre i pomodorini con la passata di pomodoro, condire con sale, pepe, un cucchiaino di olio di mais, basilico e origano.
- Tagliare a fette la mozzarella e lasciarla sgocciolare.



- Stendere la pasta sul piano di lavoro in un rettangolo di 38 x 24 cm, rifilando i bordi per renderlo più regolare.



- Distribuire le fette di melanzane, ricoprire con il pomodoro e le fette di mozzarella, quindi ripetere di nuovo gli strati di farcitura.



- Arrotolare la pasta morbidamente e chiudere le estremità.
- Lasciare lievitare lo strudel per 25/30 min in luogo caldo e al riparo da correnti d'aria. Infornare a 180° per 40 min.
- Sfornare, lasciare intiepidire la preparazione, tagliarla a fette e servire.



La ricetta è stata preparata con:



Olio di Mais



Sale Iposodico