12 Δεκεμβρίου 2014

Σπαγγέτι αλά Νόρμα

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός

Συστατικά

- 2-3 μελιτζάνες φλάσκες κομμένες σε κυβάκια 1Χ1 εκ
- 1 συσκευασία κόκκινη σάλτσα με βασιλικό (400γρ.)
- 1 πακέτο μακαρόνια της αρεσκείας σας
- 2-3 κ.σ. ελαιόλαδο
- 1 κ.σ. μέλι
- 1 κ.σ. ξύδι
- αλάτι
- πιπέρι
- 1-2 σκ. σκόρδο
- λίγο μπούκοβο αν το θέλουμε πιο καυτερό
- 1/2 ματσάκι φρέσκο θυμάρι ψιλοκομμένο
- 1/2 ματσάκι φρέσκο μαϊντανό ψιλικομμένο

40΄
Χρόνος Εκτέλεσης

Shares
Image not found or type unknown
4
Μερίδα/ες
Μέθοδος Εκτέλεσης

Το σημαντικό σε τέτοιες συνταγές είναι να προσέχουμε λίγο την πρώτη ύλη. Οι μελιτζάνες μπορεί να είναι λίγο πικρές οπότε καλό θα είναι να πάρουμε ένα μπολ

να βάλουμε μέσα τα κυβάκια από τις μελιτζάνες να τα αλατίσουμε καλά καλά και να τα αδειάσουμε σε ένα στραγγιστήρι και να τις αφήσουμε για μισή ώρα να βγάλουν την πίκρα τους.

- Μετά τις ξεπλένουμε με νερό, τις σκουπίζουμε καλά καλά και τις αφήνουμε στην άκρη.
- Βάζουμε ένα τηγάνι στη φωτιά να κάψει και βάζουμε μέσα 2-3 κ.σ. ελαιόλαδο και προσθέτουμε τις μελιτζάνες. Τις σοτάρουμε για 5-6 λεπτά μέχρι να πάρουν χρώμα και να μαλακώσουν και να γίνουν γλυκές και νόστιμες.
- Επίσης βάζουμε μια κατσαρόλα με νερό να βράσει για τα μακαρόνια μας.
- Όταν το νερό έρθει σε βρασμό προσθέτουμε μπόλικο αλάτι και ρίχνουμε τα μακαρόνια. Βράζουμε για όσο χρόνο μας λέει ο κατασκευαστής.
- Όταν βράσουν τα σουρώνουμε και κρατάμε και λίγο από το νερό που έβρασαν.
- Αν θέλουμε τότε προσθέτουμε στις μελιτζάνες το σκόρδο ψιλοκομμένο ή ολόκληρες σκελίδες για να τις αφαιρέσουμε μετά και βάζουμε και το μπούκοβο.
- Τα σοτάρουμε και αυτά για ένα λεπτό ακόμα.Σε περίπτωση που μας έχει ξεφύγει και έχουμε προσθέσει πολύ λάδι εδώ μπορούμε να σουρώσουμε τις μελιτζάνες μας και μετά πάλι μέσα στο τηγάνι. Προσθέτουμε το μέλι, το ξύδι, το θυμάρι και μετά από 1 λεπτό τη σάλτσα μας και ανακατεύουμε μία ξύλινη κουτάλα.
- Ζεσταίνουμε για λίγα λεπτά και ρίχνουμε μέσα και τα μακαρόνια μας που τα έχουμε σουρώσει.
- Αν χρειαστεί προσθέτουμε και λίγο από το νερό για να γίνει πιο ωραία η σάλτσα μας. Διορθώνουμε με αλάτι και πιπέρι και σερβίρουμε με τον ψιλοκομμένο μαϊντανό.

Πηγή: akispetretzikis.com