Parmigiana di carote e stracchino

Autore : Foodici

Data : 18 Maggio 2016

Parmigiana originale, facile e golosissima

Se volete preparare una parmigiana diversa dal solito, non perdetevi questa sfiziosa parmigiana di carote e stracchino: semplicissima e velocissima da preparare, rappresenta un contorno o un secondo piatto o un piatto unico davvero speciale.

Perfetta da servire anche ad amici e parenti vegetariani, ha un sapore molto delicato che incontra sempre il gusto di grandi e piccini. Se volete rendere la parmigiana maggiormente completa, potete aggiungere agli ingredienti del prosciutto cotto. Potete prepararla sia nel forno tradizionale che nel microonde.

Ingredienti (per 4 persone):

- 600 g di carote
- 1 cipolla
- 500 g di pomodori pelati
- 300 g di stracchino
- 50 g di parmigiano grattugiato
- rosmarino, timo, sale e pepe macinato al momento q.b.
- olio evo (e olio di arachidi se preferite friggere le carote)
- (100 g di prosciutto cotto se piace e in presenza di non vegetariani)

Preparazione:

Spuntate, lavate, asciugate e sbucciate le carote col pelapatate.

Tagliatele ora a rondelle,possibilmente un po’ di sbieco, e:

- o le infarinate un po’, le scuotete per togliere la farina in eccesso e le friggete 2 o 3 minuti in una padella in cui avrete scaldato bene dell’olio di arachidi per farle poi sgocciolare dall’olio su carta assorbente premendole un po’ con dell’altra carta assorbente;
- o scaldate il piatto crisp del microonde e cuocete le carote a rondelle lasciandole in un solo strato (farete 2 o 3 passaggi in microonde) finché si saranno ammorbidite; a me, personalmente, piace lasciarle leggermente croccanti;
- o potete decidere semplicemente di sbollentarle in acqua calda.

Cospargete ora sulle carote sale e pepe appena macinato.
Preparate ora la salsa: tritate l’aglio e la cipolla e fateli appassire in una padella con tre cucchiai di olio evo per qualche minuto; aggiungete i pomodori pelati, un pizzico di sale e coprite lasciando cuocere per 20 minuti. Passate poi la salsa al passaverdura o date una veloce frullata col *minipimer* o nel *mixer* da cucina. Unite timo e rosmarino e mescolate bene.

Componete la vostra parmigiana di carote e stracchino: prendete una pirofila da forno, versate sulla base un po’ di salsa, disponeteci sopra uno strato di carote e rondelle; se mettete il prosciutto coprite le carote con uno strato di prosciutto, altrimenti passate subito allo strato di stracchino, spolverate di parmigiano e proseguite così alternando gli strati sino ad esaurimento degli ingredienti.

Cuocete:

- in forno tradizionale a 180° per 30 minuti;
- in microonde per 15 minuti circa.