



PARMIGIANA

INGRÉDIENTS

- 700 g d'aubergines
- 20 g de farine
- 1 gousse d'ail, pelée et émincée
- 250 g de passata
- 10 feuilles de basilic
- 250 g de mozzarella, en tranches
- 80 g de parmesan, fraîchement râpé
- Huile végétale pour frire les aubergines
- 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive extra-vierge
- Sel et le poivre

PRÉPARATION

1. Préchauffez le four à 200 °C.
2. Coupez les aubergines en tranches dans le sens de la longueur, salez-les et laissez-les reposer pendant 30 minutes. Séchez le liquide qui subsiste avec un essuie-tout. Saupoudrez-les de farine des deux côtés et faites-les frire dans de l'huile végétale dans la Poêle Antiadhésive iCook jusqu'à ce qu'elles soient dorées. Placez les aubergines dans le Panier-Vapeur de 4 litres pour égoutter l'excès d'huile.
3. En attendant, préparez la sauce tomate. Faites chauffer l'huile d'olive avec l'ail dans la casserole iCook 1 litre à feu moyen pendant une minute. Ajoutez ensuite la passata et les feuilles de basilic, couvrez et laissez cuire pendant 10-15 minutes à basse température. Retirez du feu et réservez.
4. Placez deux mesures de sauce tomate préparée au fond d'un grand plat à four et recouvrez d'une couche d'aubergines frites, puis d'une poignée de parmesan, de sel et de mozzarella. Continuez à ajouter des couches jusqu'à l'épuisement des aubergines. Sur la couche supérieure, ajoutez de la sauce tomate, du sel, du poivre et du parmesan râpé. Mettez le plat au four pendant 40 minutes, puis ajoutez du parmesan frais une fois qu'il est cuit. Servez et savourez !