

Le melanzane sott'olio sono una delle conserva di melanzane maggiormente preparata, diffusa ed apprezzata. Si tratta di una conserva classica e tradizionale che permette di avere delle ottime melanzane per tutto l'inverno, ideali per farcire le bruschette e servire un antipasto casereccio.

Ingredienti (per 3 barattoli da 500gr)

3 kg di melanzane, 1/2 l di aceto di vino (bianco)
1 l di olio d'oliva (extravergine), 1 peperoncino (piccante)
3 spicchi di aglio, q.b. di origano, 300 gr di sale (grosso) q.b. di sale (fino)

Preparazione:

Per preparare le **melanzane sott'olio** iniziate a lavare le melanzane, spuntatele, pelatele e tagliatele a fette di 1/2 cm di spessore. Poi tagliate le fette a striscioline, come a formare delle julienne.



Sistamate le melanzane tagliate man mano in una ciotola, aggiungendo gradatamente del sale grosso (che faciliterà la perdita di acqua di vegetazione da parte delle melanzane).



Coprite le melanzane con un piatto (eventualmente dividetele in due ciotole) e sistemate un peso sopra di esse per facilitare la fuoriuscita di acqua. Conserva di Melanzane sott'olio



Tenete le melanzane sotto peso per almeno 3-4 ore, la ricetta tradizionale (quella delle nonne) vuole che le melanzane si conservino in questo modo per 24 ore.



Portate a bollore 2 litri d'acqua con l'aceto ed un cucchiaino di sale e quando bolle immergetevi le melanzane scolate dall'acqua che hanno perso. Fate riprendere il bollore e cacciatele dopo 4-5 minuti.

Scolate le melanzane e lasciatele raffreddare, saranno sufficienti un paio d'ore, ma anche per questa fase la tradizione vuole che si attendano 12 ore.

Strizzate le melanzane, potete utilizzare uno schiacciapastate (in grandi quantità è preferibile utilizzare un torchietto) e sistematetele in una ciotola capiente. Conditetele con l'olio e l'origano e mescolate. Aggiungere l'aglio ed il peperoncino affettati ed eventualmente altro olio e mescolatele bene.

Sterilizzate i vasetti fateli raffreddare e sistematetele le melanzane, pressandole e riempiendo i vasetti con olio oltre il limite delle melanzane. Chiudete i vasetti e lasciateli un'intera nottata, l'indomani se vedete che l'olio è stato assorbito troppo aggiungetene dell'altro a coprire, richiudete i vasetti e conservateli in un luogo fresco e asciutto.

Consiglio:

Prima di consumare le melanzane sott'olio pazientate almeno una settimana. Queste melanzane si conservano 1 anno chiuse, una volta aperta devono essere conservate in frigorifero, dovrete assicurarvi che ci sia sempre olio a sufficienza e comunque dovrete consumarle nel giro di una settimana. Non consumate conserve che presentano segni di deterioramento o muffe, che all'apertura del tappo presentano delle bollicine d'aria o che sentite più "morbide" del solito.