Sandwiches di frittata con provola e melanzane. Facciamo una frittata?



Ohi ohi ragazzi, oggi mi sento proprio a pezzi!

Sarà che dormo male da una settimana (dormo…dormo? mhhhh, forse è questo il problema!), sarà che mi sento come un bambino di quinta elementare alla vigilia della tanto attesa gita scolastica, sta di fatto che per stasera avrei voluto essere in forma smagliante e invece mi ritrovo con due borse sotto gli occhi che potrei andare quasi a farci la spesa al supermercato!

Già…stasera ho un impegno un po' speciale …incrociamo le dita!!! Per l'occasione mi sarebbe piaciuto preparare anche qualcosa di sfizioso e invece, tanto per non venire meno alle leggi di Murphie (come chi è? non dite che non lo conoscete!!!), quanto più ci tieni a che una ricetta sia perfetta, tanto più alta è la probabilità che riesca un disastro (c.v.d.)!

Due volte ci ho provato, la seconda anche peggio della prima…e che cavolo!!!! Proprio con una di quelle che avrei potuto replicere all'infinito ad occhi chiusi stavolta ho fatto cilecca! Fosse stata almeno una new entry!!!!

Ma capita anche a voi lo stesso, di sfoderare cioè i peggio fiaschi quando c'è un'occasione a cui tenete particolarmente e volete fare bella figura?

Mah, misteri!!!!

Forse è meglio che per oggi vi lasci con questi sandwiches alternativi e me ne torni buona buona a mettere due fette di cetriolo sugli occhi. Chissà che non riesca a

ridurre i due barili a dei mini-barattoli! O forse dite che potrei prima approfittarne per farci la spesa?!?!?

In fondo sono pure ecologici!

SANDWICHES di FRITTATA MELANZANE e PROVOLA AFFUMICATA

Print
Prep time
10 mins
Cook time
15 mins
Total time
25 mins

Per 2 persone
Author: Federica
Recipe type: Secondi piatti
Serves: 2
Ingredienti

- – per la frittata
- 3 uova grandi
- 1 cucchiaio abbondante di fiocchi di patate (quelli per il purè)
- 1 tazzina da caffè (piena) di latte
- parmigiano grattugiato
- prezzemolo
- curry
- olio evo
- sale
- – per il ripieno
- 2-3 fette di melanzane grigliate
- 2-3 fette sottili di provola affumicata

Procedimento

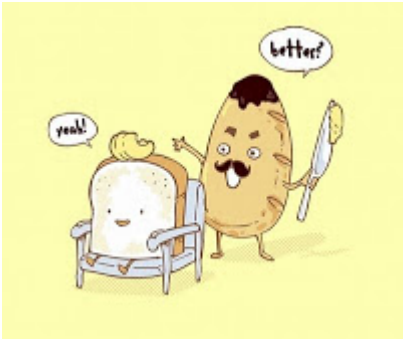
1. In una terrina sbattere le uova con un pizzico di sale, una spolverata di curry, il parmigiano, il prezzemolo finissimo, il latte ed i fiocchi, amalgamando bene per non lasciare grumi.
2. Ungere con poco olio una padella antiaderente di 22-24 cm (la frittata deve rimanere bella spessa) e quando è ben calda versarci il composto di uova.
3. Far rassodare da un lato, girare la frittata e lasciar cuocere anche dall'altra parte a fuoco dolce.
4. Una volta pronta, tagliare la frittata in 4 spicchi.
5. Coprirne due con le fette di melanzana, su cui sistemare le fette di provola e richiudere con gli spicchi di frittata rimasti, a mo' di sandwich.
6. Passare per qualche minuto in forno caldo (io li ho messi a scaldare in micro) giusto il tempo necessario perchè fonda il formaggio.
7. Da gustare bella calda e filante.



Un bacio a tutti…corro dai miei cetrioli!

Prima però vorrei ringraziare le dolcissime Lady Boheme, Manuela, Steval e Francesca per avermi donato questi premi









che a mia volta vorrei offrire a tutti voi che passate di qui a dare una sbirciatina e a farmi compagnia.