

BERENJENA PARMIGIANA

Tiempo de preparación: 20 minutos

Tiempo de reposo: 30 minutos

Tiempo de cocción: 1 hora

Ideal para 4 personas

Ingredientes

- 2 berenjenas grandes, cortadas en rodajas de aproximadamente 1/2 cm de grosor
- Sal
- ¼ de taza de aceite de oliva extra virgen
- 1 cebolla roja, picada
- 3 dientes de ajo, picados en trozos grandes
- 2 cucharadas de pasta de tomate
- 1 lata (400 g) de tomates triturados
- ½ cucharadita de orégano seco
- ½ cucharadita de sal
- ½ cucharadita de pimienta negra molida
- 180 g de queso mozzarella fresco, cortado en pedazos
- 1 taza de pan rallado con especias Italianas



Instrucciones

1. Coloca un trapo de cocina en una área de trabajo limpia y ubica las rodajas de berenjena encima, espolvorea muy generosamente con sal.
2. Déjalas reposar durante 30 a 60 minutos. Pasado este tiempo verás que han salido gotitas de agua de la berenjena, frota firmemente cada berenjena con papel toalla para absorber el agua y también se recoge mucha sal.
3. Mientras esperas la berenjena, puedes hacer su salsa: calienta el aceite de oliva a fuego medio en una sartén y saltea la cebolla y el ajo durante 5 minutos.
4. Luego agrega la pasta de tomate, los tomates, el orégano, la sal y la pimienta y reduce el fuego a bajo, cocina esto hasta que estés listo para armar el platillo.
5. Mientras la salsa se cocina a fuego lento, calienta el horno a 355 F (180 C) y coloca las berenjenas en una sola capa sobre en una bandeja para hornear con papel para hornear. Hornea por 15 minutos hasta que se ablanden.

6. Luego, en un molde para hornear rectangular, coloca la berenjena y la salsa en capas alternas hasta que hayas usado todo.
7. Luego cubre con pedazos de mozzarella y pan rallado. Empuja suavemente hacia abajo para aplanarlo y luego hornea durante 40 minutos hasta que estén dorados. Puedes hornearlo un poco más si le encanta una parte superior extra crujiente. Dejar reposar durante 5 minutos, luego cortar y servir. Buen provecho.

Notas

*Las migas de pan condimentadas con especias italianas las puedes comprar o las puedes hacer en casa: 1 taza de migas de pan agrega 1 cucharadita de Especias Italianas, $\frac{1}{4}$ cucharadita de ajo en polvo, $\frac{1}{4}$ cucharadita de sal o si no tienes hierbas italianas, agrega: $\frac{1}{2}$ cucharadita de perejil seco, $\frac{1}{4}$ cucharadita de albahaca seca, $\frac{1}{4}$ cucharadita de orégano seco, $\frac{1}{8}$ cucharadita de ajo en polvo y $\frac{1}{8}$ cucharadita de sal.

*Si tienes sobras (¡lo dudo mucho!), guárdalas en el refrigerador durante la noche antes de calentarlo muy bien al día siguiente.