PETITE GOURMETS

İTALYAN

Parmesanlı Patlıcan (Parmigiana)

Klasik İtalyan Parmigiana tarifi. Katmanlı patlıcan, marinara sos ve peynirle hazırlanan nefis ana yemek. Detaylı anlatım ve ipuçları.

2h	45 min	2h 45min	8	Medium
HAZIRLIK	PIŞIRME	TOPLAM	PORSIYON	ZORLUK

Malzemeler

- 2 patlıcan
- 5 bardak ekmek kırıntısı
- 1 yemek kaşığı kuru kekik
- 6 yumurta
- 2 yemek kaşığı süt
- 7 bardak marinara sos
- 2 bardak parmesan peyniri
- 1 libre mozarella peyniri
- 1 yemek kaşığı zeytinyağı
- 2 diş sarımsak
- 1 bardak un
- 1 çay kaşığı kaya tuzu
- 1 çay kaşığı karabiber
- 1 bardak fesleğen

Yapılışı

1. **Prepare the eggplant**
   Peel 2 eggplants and slice them into 1/2-inch thick rounds. Arrange the slices on a large baking sheet and generously salt both sides with 1 tablespoon salt. Let sit for 1 hour to draw out bitterness.

2. Rinse the eggplant slices thoroughly under cold running water in a colander. Pat completely dry with paper towels, pressing firmly to remove all moisture.

3. **Set up breading station**
   Place 5 cups all-purpose flour in a shallow dish. Beat 6 eggs with 2 tablespoons milk in a second shallow dish. Combine 7 cups breadcrumbs, 2 cups grated Parmesan cheese, 1 teaspoon oregano, and 1 teaspoon black pepper in a third shallow dish.

4. **Bread the eggplant**
   Dredge each eggplant slice first in flour, then dip in beaten eggs, and finally coat thoroughly in the breadcrumb mixture. Press gently to help coating adhere and arrange on clean baking sheets.

5. **Heat oil for frying**

   Pour vegetable oil to a depth of 1 inch in a large heavy skillet. Heat oil to 375°F (190°C) over medium-high heat, checking with a thermometer.

6. **Fry the eggplant**

   Working in batches, fry breaded eggplant slices for 2-3 minutes per side until golden brown and crispy. Transfer to paper towel-lined plates and season lightly with salt while hot.

7. **Make the sauce**

   Heat 2 tablespoons olive oil in a large saucepan over medium heat. Add 2 minced garlic cloves and cook for 30 seconds until fragrant. Add 1 cup marinara sauce, 1 teaspoon salt, and 1 teaspoon sugar. Simmer for 10 minutes, stirring occasionally.

8. **Prepare for baking**

   Preheat oven to 375°F (190°C). Grease a 9x13-inch baking dish with olive oil. Spread 1/3 of the sauce evenly across the bottom.

9. **Assemble the parmigiana**

   Layer half the fried eggplant over the sauce, slightly overlapping. Spread half the remaining sauce over eggplant, then sprinkle with 1/2 cup Parmesan cheese. Repeat with remaining eggplant, sauce, and 1 cup Parmesan cheese.

10. **Bake**

    Cover tightly with foil and bake for 25 minutes. Remove foil and bake 15-20 minutes more until cheese is golden brown and bubbling around edges.

11. Let rest for 15 minutes before serving to allow layers to set. Cut into squares and serve hot.

Besin Değerleri

435	22g	28g	14g	8g	12g	1,798mg
KALORI	PROTEIN	KARBONHIDRAT	YAĞ	LIF	ŞEKER	SODYUM

Porsiyon başına

İpuçları

Patlıcan dilimlerini mümkün olduğunca eşit kesin. Eşit kalınlık, homojen pişme sağlar ve bazı parçaların fazla pişmesini önler.

Tuzlama işleminden sonra patlıcanları iyice durulayın ve kağıt havlu ile kurulayın. Fazla nem, kızartma sırasında yağın sıçramasına neden olur.

Kızartma yağının sıcaklığını termometre ile kontrol edin. 200°C ideal sıcaklıktır; daha düşük sıcaklıkta patlıcanlar yağ emer, daha yüksekte yanar.

Galeta unu yerine panko kullanırsanız daha gevrek bir dış yüzey elde edersiniz. Panelemeden önce kuru baharatları galeta ununa karıştırın.

Katmanlama yaparken kenarları boş bırakmayın. Sos ve peynir kenarlardan taşarsa, pişme sırasında güzel bir kabuklaşma oluşur.

Fırından çıkardıktan sonra 10-15 dakika dinlendirin. Bu süre, katmanların oturmasını ve dilimlerken dağılmamasını sağlar.

Taze mozzarella kullanıyorsanız, fazla suyunu kağıt havlu ile alın. Aksi halde yemek sulu olabilir.

Parmesan peynirini taze rendeleyin. Önceden rendelenmiş peynirler o kadar lezzetli olmaz ve erime kalitesi düşer.