

# Piccata milanaise végétarienne aux aubergines



Voici un classique italien en version végétarienne: une piccata milanaise sous forme de tranches d'aubergine panées.

La piccata est normalement préparée avec du veau et parfois avec du poulet dans certaines recettes. Les adeptes du régime végétarien ne doivent toutefois pas renoncer à cette gourmandise, car la viande peut très bien être remplacée par des aubergines panées. Notre variante de croûte à base de comflakes écrasés rend les tranches encore plus croustillantes.

Pour accompagner la piccata, on sert traditionnellement des spaghettis avec une sauce tomate faite maison. Dans la recette aujourd'hui, nous utilisons des tomates cerises, ce qui confère à la sauce une légère note sucrée. Mais assez parlé, en route pour la cuisine!

## Sauce tomate

- 1 ½ cs d'huile d'olive
- 1 oignon, finement haché
- 2 gousses d'ail, pressées
- 1,2 kg de tomates cerises, coupées en deux ou en quatre suivant leur taille
- 1 cc de sel
- ¼ cc de poivre noir
- 1 pincée de sucre, facultatif
- 20 g de basilic frais, grossièrement haché, et un peu plus pour servir

## Piccata d'aubergines

- 40 g de farine
- 1 cc de sel
- ⅛ cc de poivre
- ⅛ cc d'origan séché
- 70 ml de lait
- 100 g de comflakes
- environ ½ grosse aubergine, coupée en 12 tranches d'un cm d'épaisseur. Sinon, utiliser 1 aubergine de taille moyenne. L'essentiel est d'avoir environ trois tranches par personne.

- un peu d'huile à rôtir neutre

## De plus

- 350 g de spaghettis
- un peu de grana padano râpé pour servir
- quelques tomates cerises pour garnir, facultatif

## Sauce tomate

1. Chauffez l'huile d'olive dans une casserole, puis faites revenir les oignons et l'ail pendant 3 minutes.
2. Ajoutez les morceaux de tomates. Portez à ébullition, puis laissez mijoter pendant environ 50 minutes à couvert. Remuez régulièrement pour éviter que la sauce brûle, jusqu'à ce qu'elle ait la consistance souhaitée. Assaisonnez avec le sel, le poivre et le sucre. Pour terminer, ajoutez le basilic frais.
3. Pendant ce temps, préparez les spaghettis comme indiqué sur le paquet.

## Piccata d'aubergines

1. Mélangez la farine, le sel, le poivre et l'origan dans une assiette creuse. Ajoutez lentement le lait en remuant énergiquement jusqu'à obtenir une masse lisse.
2. Mettez les comflakes dans un sac en plastique et écrasez-les avec un rouleau à pâtisserie. Versez-les dans une autre assiette creuse.
3. Passez les tranches d'aubergine d'abord dans le mélange de farine, puis dans les comflakes.
4. Versez environ 1 cm d'huile dans une grande casserole et chauffez-la. Dorez les aubergines pendant 3 minutes de chaque côté. Égouttez-les sur du papier absorbant.

## Finition

1. Mélangez la sauce avec les pâtes. Dressez les spaghettis sur des assiettes, saupoudrez de grana padano et ajoutez trois tranches d'aubergine par assiette. Si vous le souhaitez, garnissez avec des tomates cerises et du basilic frais.

**Temps de préparation: environ 1 heure**

### Jean-René Germanier Gally Assemblage Rouge AOC Valais

Robe rubis foncé aux reflets violacés. Nez très élégant de cerises noires et de prune, avec de subtiles notes florales. Bouche pleine et élégante aux tanins fins. Finale complexe.

[Jetzt im Weinshop ansehen](#) \_\_\_\_\_

