

Come congelare le melanzane: cubetti o fette per tutto l'anno

Autore: francesca

Data: 16 Agosto 2013



Le melanzane sono un ortaggio ampiamente versatile: le adoriamo in tutte le preparazioni in cui è possibile utilizzarle, ce ne mangeremmo a quintali per 365 giorni all'anno. Ma, **come congelare le melanzane nel modo corretto?**

Potrete congelarle in modo semplice seguendo dei piccoli accorgimenti: prima di essere congelate, infatti, le melanzane dovranno essere pulite, tagliate a fette o cubetti e sbollentate leggermente.

In alternativa a questo metodo, potete congelarle dopo averle cotte al forno oppure ancora crude e preparate per essere utilizzate in una parmigiana (cioè, pastellate e fritte).

Come congelare le melanzane

Occorrente:

- coltello affilato
- pelaverdure
- pentola capiente
- ciotola grande
- cubetti di ghiaccio
- succo di limone
- contenitori per congelatore

Procedimento

1. Scegliete sempre delle melanzane fresche: più saranno freschi i vostri ortaggi, meglio si conserveranno nel congelatore. Prendete delle melanzane al giusto punto di maturazione: devono essere sode e con il colore della buccia scuro ed uniforme (la varietà delle **melanzane nere**, le più comuni, tendono a resistere di più una volta congelate rispetto alle melanzane cinesi viola o alla varietà thailandese ma, tecnicamente, tutti i tipi di melanzane possono essere congelati. Ricordatevi soltanto che la polpa delle melanzane tenderà ad ammorbidirsi dopo essere stata congelata).
2. Lavate le melanzane sciacquandole sotto acqua corrente fredda e strofinando per rimuovere eventuali residui di terra e sporcizia
3. Con un coltello affilato rimuovete la parte del picciolo e l'estremità
4. Per rimuovere la pelle usate un pelaverdure: iniziate a sbucciare partendo da una delle due estremità appena tagliate
5. Sempre col coltello affilato, tagliare la melanzana a fette o a cubetti
6. Fate bollire dell'acqua in una pentola capiente, aggiungendo all'acqua un po' di succo di limone (il succo di limone è un antiossidante naturale e protegge le melanzane senza modificarne in modo eccessivo il sapore)
7. Preparate una ciotola capiente con acqua e ghiaccio (la ciotola dovrebbe avere la stessa capacità della pentola che state usando in modo da poter contenere tutte le melanzane in cottura)
8. **Sbollentate le melanzane:** tuffate nell'acqua bollente tutte le fette di melanzana che avete tagliato e **lasciatele bollire per circa 4 minuti** (questa cottura veloce elimina gli enzimi responsabili del deperimento della melanzana nel lungo periodo)
9. Scolate velocemente le fette di melanzana e tuffatele in acqua e ghiaccio aiutandovi con una schiumarola. In questo modo bloccherete il processo di cottura
10. Lasciate raffreddare le fette o i cubetti di melanzana in acqua e ghiaccio per circa 4-5 minuti o finché non saranno completamente fredde
11. Scolate le melanzane ed asciugatele
12. Sistemate con cura le melanzane in un contenitore adatto al congelamento
13. Non dimenticate di annotare la data in cui avete preparato le melanzane per sapere sempre da quanto tempo le state conservando nel congelatore
14. Potete procedere anche separando i vari strati di melanzane con della pellicola per alimenti: questo suggerimento è molto utile per poter scongelare solo le fette di melanzane che servono alla vostra preparazione, lasciando congelate le altre
15. Le melanzane congelate in questo modo possono essere conservate in sicurezza fino a 9 mesi.

Riferimento articolo: <https://www.donnaclick.it/cucina/come-congelare-le-melanzane-cubetti-o-fette-per-tutto-lanno/>

Generato il 25/04/2025