



ΠΑΡΜΙΤΖΙΑΝΑ

ΥΛΙΚΑ

- 700 g μελιτζάνες
- 20 g αλεύρι για όλες τις χρήσεις
- 1 σκελίδα σκόρδο, ξεφλουδισμένη και κομμένη σε λεπτές φέτες
- 250 g χυμό ντομάτας (passata)
- 10 φύλλα βασιλικού
- 250 g τυρί μοσαρέλα, κομμένο φέτες
- 80 g τυρί παρμεζάνα, λεπτοτριμμένη
- Φυτικό λάδι, για να τηγανίσουμε τις μελιτζάνες
- 2 κουταλιές της σούπας έξτρα παρθένο ελαιόλαδο
- Αλάτι και πιπέρι, κατά προτίμηση

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

1. Προθερμάνετε το φούρνο στους 200 °C.
2. Κόψτε τις μελιτζάνες σε φέτες κατά μήκος, αλατίστε τις και αφήστε τις να ξεκουραστούν για 30 λεπτά. Απορροφήστε τα περίσσεια υγρά τους με χαρτί κουζίνας. Αλευρώστε τις φέτες μελιτζάνας και από τις δύο πλευρές και τηγανίστε τις σε φυτικό λάδι στο Αντικολλητικό Τηγάνι iCook, μέχρι να ροδίσουν. Βάλτε τις μελιτζάνες στο Σκεύος Ατμού 4 L iCook για να στραγγίξουν το υπερβολικό λάδι.
3. Στο μεταξύ, προετοιμάστε τη σάλτσα ντομάτας. Ζεστάνετε το ελαιόλαδο με το σκόρδο στην Κατσαρόλα 1 L iCook σε μέτρια φωτιά, για ένα λεπτό. Στη συνέχεια, προσθέστε το χυμό ντομάτας και τα φύλλα βασιλικού, καλύψτε με το καπάκι και μαγειρέψτε για 10-15 λεπτά σε χαμηλή θερμοκρασία. Αφαιρέστε την κατσαρόλα από τη φωτιά και αφήστε την στην άκρη.
4. Βάλτε δύο κουτάλες από την έτοιμη σάλτσα ντομάτας στον πάτο ενός πυρίμαχου ταψιού με βάθος και ένα στρώμα από τις τηγανητές μελιτζάνες. Συνεχίστε με μια χούφτα παρμεζάνα, αλάτι και τυρί μοσαρέλα. Συνεχίστε να επαναλαμβάνετε τις στρώσεις μέχρι να τελειώσουν όλες οι μελιτζάνες. Ολοκληρώστε το τελευταίο στρώμα με σάλτσα ντομάτας, αλάτι, πιπέρι και τριμμένη παρμεζάνα. Βάλτε το στο φούρνο για 40 λεπτά και μόλις μαγειρευτεί, προσθέστε ξανά φρεσκοτριμμένη παρμεζάνα. Σερβίρετε και απολαύστε!