



Le « Melenzane alla Parmigiana »



Alessia Stabile

Version française réalisée par Alessia Stabile



Istituto Statale d'Istruzione Secondaria Superiore « Abele Damiani »

Histoire du plat

Voici l'histoire des aubergines à la parmigiana ou *parmigiana di melanzane* en italien. L'origine exacte du nom du plat et de sa nature a été perdue au fil des années, mais plusieurs théories nous aident à la situer dans le temps.

L'aubergine, *melanzana* en italien, a fait sa première apparition dans les régions du sud de l'Italie, à savoir en Sicile, à Calabre et à Naples, dans les années 1400. Ensuite, elle a été introduite dans les régions du nord, à Parme, entre autres, vers les années 1500. Beaucoup de théories contredisent le nom du mets *parmigiana di melanzane* puisque originellement, il s'agissait d'un mets du sud et le parmesan n'existait pas dans cette région à cette époque. La théorie la plus intéressante est celle-ci : le nom n'aurait apparemment aucun lien avec le fromage parmesan ou la ville de Parme, mais il s'agirait d'une déformation linguistique de *palmigiana*, qui signifie « volets », à savoir les volets de fenêtres (persiennes) auxquels les tranches d'aubergine sont censées ressembler. Comme les Siciliens ont de la difficulté à prononcer la lettre L, ça sonne comme *parmigiana*. Bref, ce plat ne contiendrait historiquement pas de fromage.

Il y a quelques petites différences intéressantes entre les recettes traditionnelles de Naples, de Sicile et de Parme. À Naples, en Campanie, les aubergines sont enrobées d'une légère panure avant d'être frites, ce qui les empêche de suer trop d'huile, et le fromage utilisé serait la mozzarella de l'avant-veille, qui est plus sèche. En Sicile, les aubergines ne sont pas enrobées de panure, donc l'huile se répand dans la sauce, et des tranches d'œufs durs sont ajoutées. De plus, les Siciliens utilisent le "caciocavallo" (fromage typique) en tranche ou le parmesan. À Parme, l'aubergine est souvent coupée en rondelles, puis elle est frite dans l'huile. Les fromages utilisés sont la mozzarella et le parmesan.

La recette

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 1,5 kg d'aubergines
- 1,4 litre de tomates concassées en conserve
- 2 cuillères à soupe de concentré de tomate
- 250 g de mozzarella
- 2 gousses d'ail
- du parmesan ou du caciocavallo à râper
- de l'huile d'olive
- 10 cl de vin rouge
- 10 cl d'eau
- du sel et du poivre
- du gros sel

Ustensiles

- poêle
- mandoline
- passoire
- papier absorbant
- plat en pyrex
- four

Préparation de la recette :

- Coupez les aubergines en fines tranches dans le sens de la longueur et faites les dégorger avec du sel gros (10) pendant 20 min. Rincez (11) et épongez (12).



- Pendant ce temps, faites dorer l'ail (2) dans une casserole avec 2 cuillères à soupe d'huile d'olive (1) et ajoutez le vin, les tomates concassées (3) ainsi que le concentré. Remuez et ajoutez l'eau. Salez et poivrez.
- Couvrez et laissez mijoter pendant 45 minutes à feux doux.



- Coupez la mozzarella en fines tranches. Quand les aubergines ont bien égoutté, faites-les dorer à la poêle avec un peu d'huile d'olive.
- Dès que la sauce tomate est prête, disposez dans un plat à gratin les tranches d'aubergines (19) en alternance avec un peu de caciocavallo ou de parmesan râpé (20), la mozzarella (21) et la sauce tomate.



- Finissez avec une couche d'aubergines (25), la sauce tomate et du parmesan ou caciocavallo fraîchement râpé (26).
- Mettez au four à 210°C (thermostat 7) durant 20 minutes et voilà (27)!



BON APPETIT!