

## TORTINI DI ALICI CON MELANZANE, ZUCCHINE GRIGLIATE E HUMMUS ALLA MENTA

### INGREDIENTI PER 4 TORTINI

- *Alici fresche* **500 g**
- *Patate* **350 g**
- *Zucchine* **120 g**
- *Melanzane* **120 g**
- *Prezzemolo* **1 mazzetto**
- *Capperi sott'aceto* **20 g**
- *Aglione* **½ spicchio**
- *Sale* **q.b.**

### PER L'HUMMUS

- *Ceci lessati* **400 g** (scolati)
- *Menta* **6 foglie**
- *Paprika dolce affumicata* **1 cucchiaino raso**
- *Olio extravergine di oliva* **1 cucchiaio**
- *Sale* **1 pizzico**
- *Brodo vegetale* (facoltativo)

### PER GUARNIRE

- *Pomodorini rossi e gialli*
- *Menta qualche foglia*

## PREPARAZIONE

**Le alici.** Per realizzare i tortini devi partire dalla pulizia delle alici. Stacca delicatamente la testa, le viscere ed estrai la lisca centrale aprendole a libro e adagiandole su un piatto.

**Le verdure.** Procedi con le verdure tagliando le melanzane e le zucchine a fette sottili 1 mm con l'aiuto di una mandolina. Una volta ultimata questa fase, fai scaldare una griglia e procedi con la cottura facendo attenzione a non bruciarle. Nel frattempo, pela e lava le patate. Tagliale a cubetti di 2-3 cm e cuocile al vapore per circa 20 minuti in acqua salata, senza eccedere nella dose di sale. Intanto, trita il prezzemolo insieme all'aglio e ai capperi. Quando le patate saranno cotte, trasferiscile in una ciotola e schiacciale con una forchetta. Unisci, quindi, il trito di prezzemolo amalgamando bene il composto. Prepara anche i pomodorini, che ti serviranno come guarnizione, lavandoli e tagliandoli in quattro parti.

**La composizione dei tortini.** A questo punto, ungi con olio di semi gli stampi del diametro di circa 10 cm e alti 3 cm. Posiziona, partendo dal centro verso l'esterno di ogni stampo, un filetto di alice pulita e procedi così da foderare tutta la superficie, alternando i filetti di alici con le zucchine e le melanzane grigliate. Riempi con  $\frac{1}{4}$  del composto di patate schiacciate lo stampo e livella la superficie con il dorso di un cucchiaio, poi chiudi il tortino ripiegando verso l'interno le parti che fuoriescono dallo stampo. Condisci con un cucchiaino di olio extravergine di oliva la superficie. Procedi in questo modo anche per gli altri tortini. Cuoci in forno statico preriscaldato a 175°C per 20 minuti. Ultimata la cottura, estraili dal forno e lasciali riposare per 5 minuti senza estrarli dallo stampo.

**L'hummus.** Per l'hummus, metti i ceci lessati in un contenitore alto e stretto, unendo un pizzico di sale (non eccedendo nelle dosi consigliate). Aggiungi paprika, menta, olio, un po' di brodo vegetale (o acqua calda) e frulla con un mixer a immersione fino a ottenere una crema liscia e densa.

## IMPIATTAMENTO

Capovolgi delicatamente i tortini dallo stampo su ciascun piatto da portata. Ultima il piatto guarnendolo con i pomodorini e l'hummus alla menta.

