

.....  
=VQ= (mini) girelle di sogliola alle melanzane e semi  
di papavero

[diariodicucina.blogspot.com](http://diariodicucina.blogspot.com)  
.....

12 filetti di sogliola - 1 melanzana grossa - origano secco - 1  
spicchio d'aglio - olio, sale rosso delle hawai e pepe bianco -  
aceto balsamico - un pugno di semi di papavero

Pulite e tagliate a fette medie la melanzana. Cuocetela nel forno per circa una trentina di minutia 180°, dopo che avrete leggermente unto d'olio le fette. Una volta cotte insaporite le fette per qualche minuto, in una ciotola dove avrete messo precedentemente olio, sale, l'origano secco, 1 spicchio d'aglio e un cucchiaino di aceto balsamico.

A questo punto appoggiate i filetti di sogliola su un piano di lavoro, salateli e pepateli pochissimo. Coprite un filetto di pesce con una fetta di melanzana e uno stratinio di semi di papavero.

Ripetete l'operazione fino ad esaurimento degli ingredienti, e rosolatele in padella una accanto all'altra, con una noce di burro o un filino d'olio, due minuti per lato. Servite immediatamente decorando ancora con qualche seme di papavero.