

## Κεφτεδάκια μελιτζάνας

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



### Υλικά

- **2** μελιτζάνες φλάσκες (500-600 γραμμ. και οι δύο)
- **1 φλιτζ.** φρυγανιά
- **1/3 φλιτζ.** κεφαλοτύρι
- **1/2 φλιτζ.** αλεσμένη καρυδόπιχα
- **2 κ.σ.** μαϊντανό ψιλοκομμένο
- **1 σκελίδα** σκόρδο πολτοποιημένη
- αλάτι
- φρεσκοτριμμένο πιπέρι
- **1** αυγό χτυπημένο
- Φρυγανιά ή αλεύρι για το πανάρισμα
- Ελαιόλαδο για το τηγάνισμα
- Για τη σάλτσα ντομάτας
- **1 κιλό** ντομάτες ξεφλουδισμένες, χωρίς σπόρους και ψιλοκομμένες
- **2 κ.σ.** ελαιόλαδο
- **1 σκελίδα** σκόρδο

- **3-4 φύλλα** φρέσκου βασιλικού
- **1** καυτερή πιπερίτσα (προαιρετικά)
- αλάτι
- πιπέρι
- Για τη σος γιαουρτιού
- **1 κεσεδάκι** γιαούρτι
- **2 κ.σ.** τριμμένο πάγο
- αλάτι
- **1 κ.σ.** ξίδι
- **2 κ.σ.** ελαιόλαδο
- **1 κ.σ.** δυόσμο ψιλοκομμένο

## Εκτέλεση

Κόβουμε τις μελιτζάνες σε καρέ 3 εκ. Τις ρίχνουμε σε αλατισμένο νερό που βράζει και βράζουμε για 8'-10', να μαλακώσουν (εναλλακτικά ψήνουμε τις μελιτζάνες στο φούρνο ολόκληρες και κρατάμε τη σάρκα τους). Τις στραγγίζουμε καλά, τις πιέζουμε στο σουρωτήρι να αποβάλλουν τα υγρά τους (πρέπει να στραγγίσουν καλά). Σε μπολ βάζουμε τη μελιτζάνα, τη φρυγανιά, το τυρί, την καρυδόπιχα, το αυγό, το μαϊντανό, το σκόρδο και αλατοπίπερο. Ανακατεύουμε πολύ καλά. Αν το μείγμα είναι αραιό, πασπαλίζουμε με λίγο αλεύρι ή φρυγανιά ώσπου να πλάθεται. Πλάθουμε μικρά κεφτεδάκια, περίπου 3 εκ. Τα αλευρώνουμε ή τα πανάρουμε σε φρυγανιά.

Τα τηγανίζουμε σε ελαιόλαδο, σε μέτρια φωτιά, να ροδίσουν. Τηγανίζουμε λίγα λίγα, να μην πέφτει η θερμοκρασία του λαδιού. Τα βγάζουμε σε απορροφητικό χαρτί.

Σερβίρονται ζεστά ή κρύα με τις δύο σάλτσες.

### Για τη σάλτσα ντομάτας

Ζεσταίνουμε το ελαιόλαδο, προσθέτουμε το σκόρδο, να ροδίσει, για 1'-2'. Ρίχνουμε τις ντομάτες. Αλατοπιπερώνουμε και προσθέτουμε τα φύλλα βασιλικού. Βράζουμε για περίπου 15'-20', να πυκνώσει η σάλτσα. Την αφήνουμε να κρυώσει και τη σερβίρουμε σαν ντιπ με τους κεφτέδες.

### Για τη σος γιαουρτιού

Αναμειγνύουμε όλα τα υλικά και παγώνουμε τη σάλτσα. Σερβίρουμε με τους κεφτέδες.

Πηγή: [argiro.gr](http://argiro.gr)