

14 Ιουνίου 2016

# Μελιτζάνες ογκρατέν με ανάμεικτα τυριά

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)

Image not found or type unknown



Υλικά

4 μεγάλες μελιτζάνες φλάσκες

2 φλιτζάνια ντομάτα πολτοποιημένη

3 σκελίδες σκόρδο πολτοποιημένες

Αλάτι, πιπέρι

2 μέτρια κρεμμύδια ξερά πολτοποιημένα

4 κουταλιές της σούπας ελαιόλαδο

2 φλιτζάνια ανάμικτα τυριά τριμμένα (κίτρινο τυρί, ρεγγάτο και φέτα χαμηλών λιπαρών)

#### Εκτέλεση

Πλένουμε και καθαρίζουμε τις μελιτζάνες και τις κόβουμε σε ροδέλες πάχους 1 εκ. Τις τοποθετούμε σε ένα μπολ με αλατισμένο νερό για να ξεπικρίσουν. Τις αφήνουμε έτσι για ½ ώρα περίπου. Στη συνέχεια τις στραγγίζουμε από τα υγρά που έχουν βγάλει στο μπολ και τις τοποθετούμε σε ένα ταψί. Τις περιχύνουμε με τον πολτό της ντομάτας, το σκόρδο και με το κρεμμύδι και προσθέτουμε αλάτι, πιπέρι και ελαιόλαδο. Ψήνουμε στους 200 βαθμούς για περίπου 1 ώρα φροντίζοντας να το ανακατέψουμε 1-2 φορές για να μην καούν. Όταν έχουν ψηθεί και μαλακώσει αρκετά βγάζουμε το ταψί από το φούρνο και πασπαλίζουμε με τα τυριά χωρίς να ανακατέψουμε γιατί θα σπάσουν. Ψήνουμε για 10 λεπτά ακόμη μέχρι να ροδίσουν ελαφρώς τα τυριά.

**Πηγή:** [neadiatrofis.gr](http://neadiatrofis.gr)