

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Insalata dell'orto

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



INGREDIENTI

400 g di patate non farinose
1 melanzana
2 zucchine non troppo grandi
mezzo peperone rosso o giallo
1 cipolla piccola
1 spicchio d'aglio
olio di oliva e.v.
prezzemolo
sale
rosmarino.

PREPARAZIONE

- 1 Pelare le patate e cuocerle a vapore, poi lasciarle raffreddare. Tagliare a dadini piccoli la melanzana e il mezzo peperone, poi metterli in padella a fuoco medio con un po' di olio di oliva, la cipolla tritata, lo spicchio d'aglio infilato nello stuzzicadenti e un rametto di rosmarino intero. Dopo 10 minuti aggiungere le zucchine tagliate a piccoli pezzetti, finire

di cuocere, togliere l'aglio e il rosmarino ed aggiustare di sale. A fine cottura, quando le verdure saranno tiepide, metterle in una ciotola con le patate tagliate a pezzetti, condire con olio, sale (se serve) e prezzemolo tritato. Può essere servita tiepida o fredda.