

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Kyopolu - crema di melanzane

di: *Cookaround*

LUOGO: *Europa / Bulgaria*

DOSI PER: *4 persone* DIFFICOLTÀ: *bassa* PREPARAZIONE: *15 min* COTTURA: *40 min* COSTO: *basso*

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *facile*



INGREDIENTI

MELANZANE 2

PEPERONI 4

POMODORI 3

SPICCHIO DI AGLIO 3

ACETO DI VINO BIANCO 1 cucchiaio da
tavola

OLIO DI SEMI DI GIRASOLE 3 cucchiaini da
tavola

SALE

PREPARAZIONE

- 1 Togliete il torsolo ai peperoni lasciandoli interi, quindi infornateli insieme alle melanzane intere a 200°C per circa 40 minuti verificandone la cottura con i rebbi di una forchetta.



- 2 Una volta cotti, spellate i peperoni e tagliateli a tocchetti; tagliate a dadini anche le melanzane.





3 Trasferite le verdure in una ciotola o in un'insalatiera.



4 Tritate finemente i pomodori o passateli ed aggiungeteli alle verdure cotte al forno.

Unite anche gli spicchi d'aglio spremuti con lo schiaccia aglio e mescolate il tutto con un cucchiaio di legno.



5 Irrorate di olio il tutto e condite con sale ed aceto.





- 6 Servite le verdure su di un vassoio decorando il tutto con prezzemolo fresco appena tritato.