

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Ratatouille

di: *Cookaround*

LUOGO: Europa / Francia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 10 min COTTURA: 25 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



Se amate i contorni ricchi e saporiti che prevedano gli ortaggi della stagione estiva, la **ratatouille** è proprio ciò che fa per voi! Si tratta in effetti di un contorno rustico e saporito, di origine francese dal sapore ricco e mediterraneo, ma è così buono che è difficile considerarla semplicemente un contorno!

La **ricetta della ratatouille** è decisamente semplice, vi basterà affettare le verdure e il più è fatto! Ottima idea anche quando in frigorifero avete qualche ortaggio che vi è avanzato da precedenti preparazioni.

A base di verdure, questo piatto ha un gusto molto particolare, associabile alla caponata siciliana viene chiamata anche **ratatuia**. Ricetta facile che dà sempre molta soddisfazione, provatela e fateci sapere!

La ratatouille alle verdure è perfetta d'estate quando c'è abbondanza di ortaggi freschi.

Qui altre idee per farla in maniera gustosa:

ratatouille al forno
caponata siciliana

INGREDIENTI

MELANZANE 2
ZUCCHINE piccole - 4
CIPOLLE 2
PEPERONI ROSSI 1
PEPERONI VERDI 1
POMODORI CILIEGINI e il liquido di
vegetazione di 10 ciliegini - 20
SEDANO ½ coste
SPICCHIO DI AGLIO 2
BASILICO 1 ciuffo
TIMO 2 rametti
ALLORO 2 foglie
ZAFFERANO 1 bustina
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)
OLIO DI ARACHIDI per friggere -
SALE
PEPE NERO

Preparazione

1 Per preparare la ratatouille pulite le verdure e lavatele accuratamente.

Tritate le cipolle.

Scaldare in padella dell'olio extravergine d'oliva e fatevi appassire le cipolle. Non appena le cipolle si saranno ammorbidite e saranno diventate trasparenti, aggiungetevi i peperoni (sia quello rosso che quello verde) puliti, senza semi e tagliati a pezzetti ed il sedano affettato.



- 2** Aggiungete alla padella anche i pomodorini tagliati a metà, le foglie di basilico, il timo, l'alloro e gli spicchi d'aglio tritati finemente.



- 3** Lasciate stufare il tutto coprendo la padella con un coperchio e aggiungendo il liquido di vegetazione di 10 pomodorini se necessario.



- 4 Nel frattempo tagliate le zucchine a dadotti, scaldate dell'olio di semi in una padella e friggetevi le zucchine appena preparate.



- 5 Quando le zucchine saranno fritte e saranno ben colorite, prelevatele dall'olio di frittura e mettetele da parte su dei fogli di carta assorbente.

Tagliate, a questo punto, le melanzane a dadi e mettetele a friggere nello stesso olio utilizzato per friggere le zucchine. Una volta cotte, prelevate le melanzane dall'olio e mettetele ad asciugarsi dall'olio in eccesso su fogli di carta assorbente.



6 Unite, quindi, sia le melanzane che le zucchine alla padella con i peperoni e i pomodori.



7 Lasciate insaporire il tutto sul fuoco aggiungendo una bustina di zafferano e dell'acqua qualora fosse necessario.



8 La ratatouille deve rimanere morbida e si devono riconoscere i pezzi di verdure al suo interno.

Consigli e curiosità