

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Ratatouille

LUOGO: [Europa](#) / [Francia](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [10 min](#) COTTURA: [25 min](#) COSTO: [basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



La **ratatouille** è un piatto di origine francese, già presente nella cucina italiana con altri nomi a seconda della zona in cui ci troviamo: In Umbria, Toscana e Marche è la "[bandiera](#)" in Sicilia è la [caponata](#), solo per fare un paio di esempi.

In Italia, questa **ricetta**, diventa popolare nel 2007, quando esce l'omonimo film di animazione che narra le vicende di un topino di nome Ratatouille che vuole diventare un grande chef.

La **ratatouille** a base di melanzane, zucchine e peperoni è un [contorno](#) dal sapore mediterraneo che accompagna benissimo piatti di carne, uova e formaggi dalla primavera fino ad autunno inoltrato,

prova la nostra ricetta per un risultato perfetto!

Prova anche la [ratatouille di verdure al forno](#), una vera bontà!

INGREDIENTI

MELANZANE 400 gr
ZUCCHINE 400 gr
CIPOLLE BIANCHE 150 gr
PEPERONI ROSSI 1
PEPERONI VERDI 1
POMODORI CILIEGINI 500 gr
SEDANO 2 coste
SPICCHIO DI AGLIO 2
BASILICO 10 foglie
TIMO 2 rametti
ALLORO 2 foglie
ZAFFERANO 1 bustina
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)
OLIO DI ARACHIDI per friggere -
SALE
PEPE NERO

PREPARAZIONE

1 Inizia pulendo le verdure: lavale accuratamente sotto il getto del rubinetto. Pulisci le cipolle e tagliale sottilmente. Elimina le parti più dure e legnose dalle coste di sedano e poi tagliale a fettine sottili. Sbuccia e chiaccia leggermente i due spicchi d'aglio premendo con il lato della lama di un coltello. Scalda in padella dell'olio extravergine d'oliva e aggiungi l'aglio, poi la cipolla e il sedano. Mescola e lascia appassire per qualche minuto.

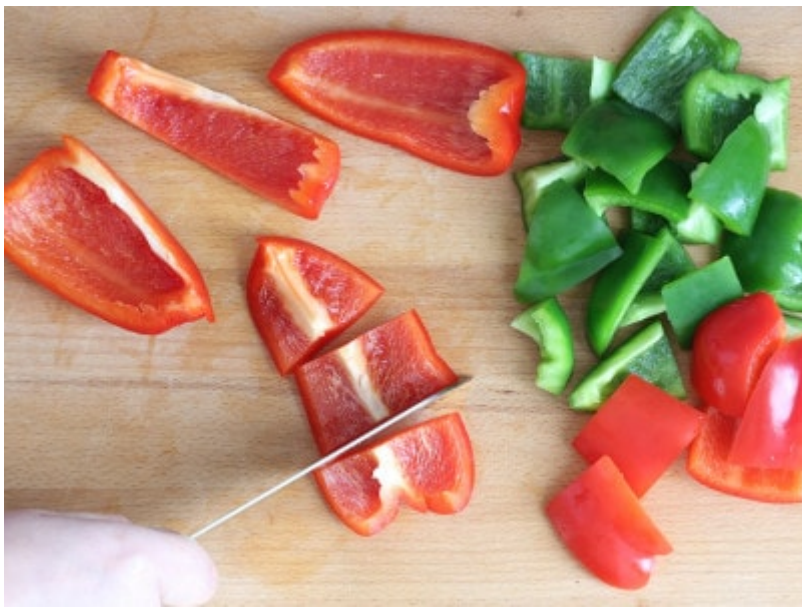




2 Nel frattempo pulisci i peperoni, incidi l'estremità con un coltellino appuntito per togliere i piccioli, estraili con tutti i semi interni. Taglia la polpa dei peperoni a pezzettoni di circa 3 cm per 3 cm.

Taglia anche i pomodorini, in 4 parti, se piccolini basterà tagliarli in due.





3 Non appena il sedano e le cipolle si saranno ammorbidite, aggiungi i peperoni e metà dei

pomodorini tagliati. Unisci anche 3 cucchiaini di sale e 1 di pepe. Infine insaporisci con gli odori: il timo, le foglie di alloro e il basilico, precedentemente lavate e asciugate. Copri con un coperchio e lascia stufare a fuoco basso.





- 4 Frulla i pomodorini che hai tenuto da parte e setacciali per estrarre il liquido, tienilo da parte. Aggiungi poca acqua, mescola e versa il liquido ai peperoni. Copri e lascia cuocere a fiamma bassa.





5 Nel frattempo elimina le estremità alle zucchine e tagliale a bastoncini non troppo piccoli. Scalda in una padella dell'olio di semi, aggiungi le zucchine e friggile. A cottura ultimata estrai le zucchine con un mestolo forato e trasferiscile su carta da cucina assorbente per togliere l'olio in eccesso. Procedi allo stesso modo con le melanzane, utilizzando la stessa padella dove avete fritto le zucchine.





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

Sciogli lo zafferano in poca acqua calda, poi aggiungilo alle verdure e lascia cuocere per altri 5 minuti, mescola spesso in modo che tutti gli ingredienti vengano insaporiti. La Ratatouille deve risultare morbida ma le verdure si devono distinguere al suo interno e non devono sfaldarsi.





CONSIGLI E CURIOSITÀ

La ratatouille affonda le sue radici in Provenza, una zona bellissima della Francia. I colori, i sapori di questo piatto lo rendono fantastico e molto amato anche in Italia.

Alcune verdure non sono state cotte bene, come mai?

L'unica difficoltà di questo piatto è quella di rispettare l'ordine di cottura dei vari ortaggi. Riprova seguendo la nostra ricetta.

Quanto tempo si conserva?

In un contenitore ermetico si conserva 3 giorni in frigo.

Mi è avanzata, cosa posso farci?

Puoi condire la pasta, verrà buonissima! Oppure mettine qualche cucchiata su del pane tostato, è la fine del mondo!