

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Sfizioso mix di verdure in agrodolce

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media COSTO: basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

cipolla
1 melanzana piccola
1 peperone rosso
1 peperone giallo
1 zucchini
1 cucchiaio di capperi all'aceto
1 cucchiaino colmo di zucchero
sale
pepe
olio
1 spicchio d'aglio intero
1/2 bicchiere d'acqua
funghetti sott'olio.

PREPARAZIONE

1 In una casseruola antiaderente mettere l'olio e una cipolla tritata, soffriggere

leggermente.



- 2** Aggiungere un peperone rosso ed uno giallo tagliati a listarelle, una melanzana a listarelle, una zucchina a rondelle.





- 3 Aggiungere infine i capperi all'aceto, un cucchiaino di zucchero, sale, pepe ed uno spicchio d'aglio intero.



- 4 Appena le verdure saranno rosolate, aggiungere mezzo bicchiere d'acqua, coprire con coperchio e far cuocere a fuoco basso girando ogni tanto.



5 Appena cotti mettere le verdure in un piatto per farle raffreddare, eliminare l'aglio.



6 Dopo un paio d'ore decorare con funghetti sott'olio.

