

CAPONATA SICILIANA

Ingredienti

- olio extravergine d'oliva (4 cucchiaini)
- 1 cipolla
- zucchero (25gr)
- 20 olive verdi
- 1 sedano
- aceto (100ml)
- uvetta (25gr)
- melanzane (1000gr)
- basilico
- pomodori San Marzano (500gr)
- capperi sottosale (1 cucchiaino)

Come si prepara

Sbucciare e ridurre a dadi le melanzane, quindi friggerle nell'olio d'oliva.

In un tegame soffriggere con l'olio la cipolla tritata finemente. Aggiungere poi i pomodori a pezzi e un ciuffo di basilico e far restringere il sugo.

In un altro tegame soffriggere un cuore di sedano tagliuzzato, i capperi, l'uvetta e le olive.

Aggiungere la salsa e poi lo zucchero sciolto nell'aceto tiepido.

Aggiungere le melanzane insaporite per due minuti e poi servire tiepida.

Difficoltà: 1

Tempo: 45

Tags

verdure, fritti, antipasti, contorni, vegetariana, freddi, Caponata siciliana