

Нисуазский рататуй

Автор: Мухаббат
26.08.2011 07:55 -



Вкусный и насыщенный, похож на икру, но все же это рататуй!

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Нисуазский рататуй

Автор: Мухаббат
26.08.2011 07:55 -

700 гр. помидоров
1 красный болгарский перец
2 зеленых болгарских перца
1 большой (или 2 маленьких) баклажана
1 большой кабачок (либо цукини)
2 зубчика чеснока
1-2 лавровых листа
0,5 стакана оливкового (или растительного) масла
щепотка сахара
соль, перец

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Помидоры, перцы, кабачок и баклажан вымыть. Лук и чеснок очистить. Перцы разрезать пополам, удалить сердцевину. Мякоть нарезать полукольцами шириной 1 см. Кабачок и баклажан разрезать на 4 продольные части, затем нарезать секторами. Лук и чеснок измельчить.

На помидорах сделать сверху крестообразные надрезы, опустить их на 1 минуту в кипящую воду, затем обдать холодной водой и снять кожицу. Мякоть очень мелко нарезать.

В большом сотейнике (сковороде) разогреть масло. Обжарить, помешивая, баклажаны, 5 минут. Шумовкой переложить в миску.

В этом же сотейнике обжарить кабачки, 4 минуты. Переложить к баклажанам.

В том же сотейнике обжарить перцы, лук и чеснок, 5 минут. Добавить помидоры, перемешать и готовить на среднем огне, время от времени помешивая, 10 минут.

Вернуть в сотейник баклажаны и кабачки. Приправить сахаром, солью и перцем. Положить лавровый лист и готовить под крышкой на небольшом огне 30 минут. Подавать горячим или холодным.

{comments on}