

CANNAMELA

Ratatouille



Ingredienti

- 1 melanzana
- 500g pomodori tagliati a spicchi
- 2 cipolle
- 1 peperone rosso
- 1 peperone giallo
- 4 zucchine
- 1 cucchiaino aglio liofilizzato CANNAMELA
- 30g olio extravergine di oliva
- 1 cucchiaino erbe aromatiche con Ricetta di Provenza CANNAMELA
- qb Pepe Nero in grani CANNAMELA
- qb sale



Porzioni
6 persone



Portata
Contorno



Tempo
25 minuti



Difficoltà
Facile



Cottura
In padella



Kcal per
persona
105*



Preparazione

- 1** In una larga casseruola scaldare l'olio e fare rosolare la melanzana a cubetti.
- 2** Unire le cipolle tagliate a spicchi.
- 3** Aggiungere poi i peperoni mondati e tagliati a pezzi, le zucchine a rondelle, l'aglio liofilizzato CANNAMELA precedentemente inumidito con acqua e scolato, e fare cuocere, mescolando di tanto in tanto, per 15 min.
- 4** Unire poi i pomodori tagliati a spicchi.
- 5** (Condire con sale.
- 6** Pepare con 3 giri di pepe nero in grani tappomacina CANNAMELA e procedere nella cottura ancora per 10 min.
- 7** Aromatizzare con le erbe aromatiche RICETTA DI Provenza, chiudere con il coperchio e lasciare riposare per 5 min prima di servire.