



Ratatouille

Categoria: Accompagnement **Tempo di preparazione:** 40 minutes **Difficoltà:** facile
🕒

Ingredienti per 4 personnes

Ingrédients pour une casserole de 24 cm

- 1 grande courgette (environ 300 g)
- 1 longue aubergine (même taille que la courgette)
- 10 tomates datterini
- 1 poivron et 2 petits oignons blancs ou rouges
- 4 cuillères à soupe d'huile d'olive extra vierge
- Romarin frais et menthe fraîche
- Thym frais (ou séché si indisponible) et persil frais
- Sel, au goût
- Poivre (optionnel)
- Quelques feuilles de salade baby, pour garnir

Chef : Viviana Marrocoli

Célébrez les beaux jours avec ce délicieux ragoût de légumes en style méditerranéen, parfait pour un dîner super sain en milieu de semaine.

Préparation

Dans un bol, mélangez la courgette, l'aubergine et l'oignon avec 1 cuillère à soupe d'huile d'olive. Assaisonnez de sel et de poivre.

Ajoutez un filet d'huile dans une grande poêle.

Disposez les légumes en cercle en alternant, en commençant par l'extérieur et en allant vers l'intérieur.

Ajoutez 2 cuillères d'huile, une pincée de sel, les herbes et une petite tasse d'eau.

Couvrez et faites cuire à feu moyen pendant 10 minutes. Si le fond est trop sec, ajoutez un filet d'huile et un peu d'eau.

Poursuivez la cuisson 5-6 minutes de plus jusqu'à ce que les légumes soient tendres mais encore colorés.

Garnissez avec des feuilles de salade baby avant de servir.

