

Caponata Siciliana di Carla



Ingredienti

8 melanzane nere lunghe
400 gr. Salsa di pomodoro
250 gr olive verdi snocciolate, in salamoia
4 gambi di sedano
150 gr. di capperi salati
due cipolle piccole
un mazzetto di basilico
40 gr. di zucchero
½ bicchiere di aceto bianco
olio extra vergine di oliva
sale

Preparazione:

Tagliare le melanzane a dadi senza eliminare la buccia e lasciarle in acqua salata un'ora.

Scolarle, asciugarle e friggerle in un tegame con olio abbondante tanto da coprirle. (Quando si tolgono dall'olio asciugarle con carta da cucina)

Nel frattempo a parte sbollentare in acqua salata il sedano tagliato a pezzi per 3-4 minuti

Mettere in padella la salsa di pomodoro con le 2 cipolle, il pomodoro, il basilico soffriggere fino a cottura..

Far rosolare in un tegame capiente con poco olio le olive, i capperi ed il sedano.

Aggiungere la salsa di pomodoro cotta e condire con l'aceto e lo zucchero.

Versare nel tegame anche le melanzane e lasciarle insaporire per qualche minuto nel sugo a fuoco lentissimo.

Lasciare raffreddare e tenere in frigorifero una oretta prima di servirla fredda.

Si può servire come contorno o come antipasto.

Riepilogo Passo-Passo

Nessun riepilogo passo-passo