



# Caponata

Recette de V-ZUG SA



|                  |                             |
|------------------|-----------------------------|
| Préparation      | 30 min                      |
| Temps de cuisson | 45 min                      |
| Portions         | 4                           |
| Appareil         | Combair SE à partir de 2015 |

## Préparation

2 aubergines  
1 courgette  
1 fenouil  
6 branches de céleri  
400 g de tomates pelées

### **(Pré)chauffer l'enceinte de cuisson à 160 °C avec Air chaud humide**

Laver les légumes et les tailler en dés. Placer les aubergines dans le moule en porcelaine. Ajouter la courgette, le fenouil et le céleri. Verser les tomates pelées sur les légumes. Enfourner le moule en porcelaine sur la grille dans l'espace de cuisson préchauffé. Cuire.

### **Introduire l'aliment à cuire**

**Air chaud humide 160 °C pendant 45 min**

100 g de raisins secs  
50 g de pignons  
3 branches de basilic  
3 cs de vinaigre balsamique, blanc  
5 cs d'huile d'olive  
Sel  
Poivre

Faire tremper les raisins secs dans de l'eau chaude. Torrifier les pignons et réserver. Hacher le basilic.

Une fois la cuisson terminée, ajouter les raisins secs, les pignons et le basilic aux légumes et bien mélanger.

Arroser d'huile d'olive et de vinaigre balsamique, saler et poivrer, mélanger le tout délicatement.





## Accessoires

---

Moule en porcelaine 1/2 GN, hauteur 65 mm

Grille

## Informations complémentaires

---

Créée le

11.12.2019

