Caponata

Ricetta di V-ZUG SA



Preparazione	30 Min.
Tempo di cottura	45 Min.
Porzioni	4
Elettrodomestico	Combair SE dal 2015

Preparazione

2 melanzane

1 zucchina

1 finocchio

6 coste di sedano

400 g di pomodori pelati

(Pre)riscaldare la camera di cottura a 160 °C con Aria calda umida

Lavare le verdure e tagliarle a dadini. Versare le melanzane nello stampo in porcellana. Aggiungere la zucchina, il finocchio e le coste di sedano. Versare i pelati sopra le verdure. Collocare lo stampo in porcellana sulla griglia all'interno della camera di cottura preriscaldata. Cuocere.

Infornare gli alimenti

Aria calda umida 160 °C per 45 Min.

100 g di uvetta

50 g di pinoli

3 rametti di basilico

3 CM di aceto balsamico, bianco

5 CM di olio d'oliva

sale

pepe

Far rinvenire l'uvetta in acqua calda. Tostare i pinoli e metterli da parte. Tritare il basilico.

Al termine della cottura aggiungere l'uvetta, i pinoli e il basilico alle verdure e mescolare bene il tutto.

Cospargere di olio d'oliva e aceto balsamico, condire con sale e pepe e mescolare il tutto con cura.

Accessori

Stampo in porcellana ½ GN, altezza 65 mm

Griglia

Ulteriori informazioni

Creata il	11.12.2019