



CAPONATA SICILIANA

INGREDIENTI

5 Melanzane
550 gr. di Pomodori
700 gr. di Peperoni (meglio se di tre colori)
150 gr. di Olive snocciolate
60 gr. di Capperi
2 Cipolle
40 cl. di Aceto
un po' di Zucchero
1 Spicchio di Aglio
Sedano e Basilico
Sale e Pepe
Olio extra vergine di oliva



PREPARAZIONE

Lavate le melanzane e tagliatele a dadini, cospargetele di sale, mettetele a scolare con sopra un peso e lasciatele in questa posizione per almeno 20 minuti, in tal modo perderanno il gusto amarognolo.

Risciacquate bene le melanzane, lasciatele asciugare qualche minuto su un canovaccio.

Lavate i peperoni e tagliateli a dadini; frigeteli e poggiateli su della carta assorbente. Poi frigate anche le melanzane.

Tritate finemente le cipolle e in un tegame capiente soffriggetele con aglio, quando le cipolle saranno dorate, aggiungete i pomodori, salate, pepate e fate addensare per 15 minuti.

Aggiungete, poi, i peperoni, le melanzane, il sedano, i capperi e le olive snocciolate.

Cospargete con zucchero e aceto, coprite e cuocete per circa 10 minuti e regolate con sale.

Fate raffreddare e mettetevi in frigorifero per almeno 40 minuti.

Prima di servire aggiungete qualche foglia di basilico sia nella caponata che come decorazione al piatto.