

Ciambotta



Dificultad: □□□□□

Tiempo de preparación: 10min , Tiempo de cocción: 25min
Tiempo total: 35min , Número de porciones: 4

0 Calorías , **0 g** Azúcares , **0 g** Grasas , **0 g** Proteínas

Autor: Maria

Url: <https://srecetas.es/ciambotta>

Preparación

Lavar y cortar las berenjenas en rodajas, dejarlas reposar en una fuente durante una hora intercaladas con sal gruesa para quitarles algo de su amargor. Luego enjuagarlas con abundante agua, escurrirlas y secarlas. Colocar las berenjenas, las papas y los pimientos en una sartén con aceite y dejar que se frían hasta que estén doradas de ambos lados. Retirarlas de la cocción y dejar que escurran sobre papel absorbente. En la misma sartén rehogar el ajo hasta que comience a dorarse. Entonces, añadir el tomate junto con el resto de los vegetales (berenjenas, papas y pimientos). Mezclar bien integrando todos los sabores, salpimentar a gusto y proseguir la cocción a fuego mínimo durante 10 a 15 minutos más. Ideal para acompañar una rica carne. Disfrute! Fuente: Recetas Natura



Ingredientes

- 3 Berenjenas medianas
- 1 Papa grande
- 1 Pimiento rojo
- 1 Pimiento verde
- 1 Tomate grande, pelado y sin semillas
- 2 diente/s Ajo picados
- 1 poco Sal
- 1 poco Pimienta
- 1 poco Perejil fresco picado

Categorías

Un día normal, Italiana, Vegetariana, Todo el año, Económico, Vegetales, Rápida, Familia, Una cocinera experta, Guarniciones