

Caponata modenese

Ingredienti :

Una melanzana tonda, uno zucchini, un gambo di sedano, mezzo peperone giallo, pinoli, uvetta, sale, zucchero, olio di oliva, vino bianco, aceto balsamico.

Preparazione :

- Tagliare le melanzane a fette, cospargerle di sale in abbondanza. Lasciarle tra fogli di carta da cucina perché perdano l'acqua amara, per almeno mezz'ora. Fate rinvenire l'uvetta in acqua.
- In una casseruola coperta mettere un po' d'olio di oliva ed il sedano tagliato a pezzetti. Lasciarlo cuocere per alcuni minuti, facendolo appassire, poi una spruzzata di vino.
- Tagliare a cubetti le melanzane ed aggiungerle alla cottura.
- Mescolare il tutto e puntare il contaminuti a 10'.
- Gettare via il sugo di cottura amaro e salato ed aggiungere un poco d'olio d'oliva. Aggiungere un cucchiaino di zucchero, i pinoli e l'uva passa.
- Per ultimo aggiungere il peperone tagliato a grosse liste e lo zucchini a quadretti.
- Correggere di sale e continuare la cottura per altri 10', dipende dalla grandezza dei cubetti.
- Spegnerlo il tutto e lasciare riposare.
- Quando è tiepida, non prima, aggiungere un cucchiaino di aceto balsamico.

