



Caponata



Temps de préparation : 15 mn
Temps de cuisson : 55 mn
Temps Total : 12 h

Difficulté : Facile

Budget : Faible

Cette préparation accompagnera parfaitement vos grillades en apportant une pointe de fraîcheur.

Ingrédients pour 4 personnes :

- > 2 aubergines
- > 2 oignons
- > 2 branches de céleri
- > 4 tomates bien mûres
- > 1 boîte d'olives vertes dénoyautées
- > 1 boîte d'olives noires dénoyautées
- > 1 petite boîte de câpres au vinaigre
- > huile d'olive
- > 1 verre de vinaigre de vin

Préparation :

La veille du service, laver tous les légumes. Couper aubergines et tomates en petits dés et le céleri en petits tronçons. Emincer les oignons et enfin hacher les olives grossièrement.

Faire revenir les dés d'aubergines dans de l'huile d'olive à feu moyen environ 20 minutes, le temps qu'elles deviennent assez fondantes.

Les enlever les aubergines de la sauteuse et rajouter un peu d'huile d'olive. Y faire fondre l'oignon à feu doux environ 10 minutes puis rajouter le céleri, poursuivre la cuisson environ 5 minutes puis enfin mettre les tomates et laisser cuire le tout 15 minutes.

Rajouter à la préparation les dés d'aubergine, les olives hachées, les câpres égouttées et le verre de vinaigre. Saler et poivrer à votre goût, finir la cuisson pendant encore 5 minutes à feu doux.

Retirer du feu et laisser refroidir complètement au frais quelques heures avant de servir.