

RATATOUILLE PROVENÇALE

Juillet 2004 (Actualisé en Août 2018)

Ingrédients (4 personnes) :

- ★ 300 g de petites aubergines
- ★ 300 g de petites courgettes
- ★ 1 poivron rouge
- ★ 1 poivron vert
- ★ 600 g de tomates (Roma ou grappe)
- ★ 2 gros oignons paille
- ★ 3 cuillères à soupe d'huile d'olive
- ★ 2 gousses d'ail
- ★ 1 bouquet garni
- ★ Sel fin, poivre du moulin

Ustensiles : Sauteuse, Casserole

Préparation : 20 mn

Cuisson : 90 mn

Difficulté : Facile

Coût (indicatif) : 4,95 € (soit 1,24 € par personne)



Recette :

Laver les aubergines, les courgettes et les poivrons, les égoutter. Faire bouillir une grande casserole d'eau, y plonger les tomates une minute, les rafraîchir, les peler et les concasser grossièrement. Ouvrir les poivrons en deux, ôter le pédoncule, les parois blanches et les graines, et détailler en petits dés. Couper la queue des aubergines et des courgettes, les débiter en petits cubes en gardant la peau. Eplucher oignons et gousses d'ail, couper les premiers en rondelles et détacher les différentes épaisseurs les unes des autres; hacher finement l'ail.

Dans une sauteuse faire chauffer l'huile d'olive, verser les rondelles d'oignons et à feux doux faire suer 10 minutes en remuant souvent. Ajouter les dés de courgette et cuire 10 minutes puis incorporer les cubes d'aubergine et cuire 10 minutes en tournant de temps en temps. Ajouter les poivrons et prolonger la cuisson 10 minutes, enfin mettre le concassé de tomates, l'ail haché et le bouquet garni, saler, poivrer et cuire à couvert et à feu doux durant 50 minutes en remuant de temps en temps et en veillant à ce que le mélange n'attache pas.

Servir en accompagnement de côtes d'agneau grillées ou de volailles rôties.

i On peut gratiner la **ratatouille** en la saupoudrant de 50 g d'emmental râpé et en la plaçant sous le grill quelques minutes. On peut également casser un œuf sur la ratatouille 5 minutes avant la fin de cuisson. Enfin on peut mélanger à la ratatouille de la semoule de couscous moyenne cuite ou du quinoa cuit. La ratatouille peut se consommer aussi bien chaude que froide.