

Receitas Bellio



Antepasto Berinjela Caponata

Saboroso antepasto preparado em azeite de oliva extra virgem e molhos Bellio. A textura e o sabor da berinjela combinados com o pimentão vermelho, castanhas, azeitonas, passas e ervas aromáticas. Ideal em torradas, sanduíches, massas, molhos, recheios e no incremento de outros pratos. Vegano e sem conservantes.

Ingredientes:

1 berinjela

1 abobrinha verde

1/2 pimentão vermelho

1/2 pimentão verde

1/2 pimentão amarelo

200g de cebola

2 dentes de alho

100g de uva passa

100g de azeitona preta

Azeite de oliva extra virgem a gosto

5 colheres sopa Molho da Mama

Sal e pimenta do reino moída na hora

Vidro esterilizado com tampa

Instruções:

Higienizar e cortar todos os legumes em jardineira. Reserve.

Aqueça uma panela com azeite de oliva, acrescente metade da cebola e do alho. Quando desprender aroma, adicionar um a um os legumes e apurar, encontrando a melhor textura. Tempere com sal e pimenta. Coloque numa tigela os legumes salteados, a uva passa e a azeitona cortada. Guardar a conserva no pote esterilizado e cobrir com azeite.

Consumir depois de 3 dias. Bom apetite! Dica do Mario Enzo.
