

CONTORNI

Fritto misto di verdure

DOSI

6 persone

PREPARAZIONE

1 h 20 min

■ Ingredienti per 6 persone

Zucchine	200 g
Peperoni	200 g
Pomodori	200 g
Melanzane	200 g
Patate	200 g
Aglio	2 spicchi
Olio per friggere	
Sale	

■ Preparazione

- 1 Mondate, lavate e asciugate le verdure. Tagliate le melanzane e le zucchine a fette e alle zucchine togliete le estremità.
- 2 Sbucciatele e disponetele su un vassoio leggermente inclinato affinché, dopo averle salate abbondantemente, perdano la loro acqua di vegetazione. Nel frattempo, sbucciate, lavate e asciugate le patate.
- 3 Tagliatele a bastoncini. Sbollentate i pomodori e i peperoni per pochi secondi, scolateli e spellateli. Eliminate i semi di entrambi e i filamenti bianchi dei peperoni.
- 4 Scaldate l'olio in una padella capiente. Fate friggere le melanzane e le zucchine. Scaldate l'olio in un'altra padella e fatevi friggere i peperoni e le patate.
- 5 Quando tutte le verdure saranno cotte, mettetele in un solo tegame, aggiungete i pomodori e i due spicchi d'aglio mondati. Salate e fate cuocere, mescolando di tanto in tanto per almeno un'ora.
- 6 A cottura ultimata posate il fritto misto di verdura in un piatto da portata e servite caldo.