



REMY

A Ratatouille é um prato de culinária, uma receita típica da Provence, segundo o autor do livro onde está a receita aqui publicada e muito popular na França.

É um prato aromático e saudável, servido como entrada ou acompanhando outros pratos e assados é ótima também quando servida fria, além de ir muito bem com vinhos tintos, brancos e rosados, segundo o autor do livro, especialmente com vinhos da Provence.

Esta receita bem como o modo de fazer foi copiada do livro **“A cozinha e seus vinhos”** de **Saul Galvão**.

## Ratatouille

### Ingredientes:

4 berinjelas médias;  
sal grosso;  
2 pimentões vermelhos;  
2 pimentões amarelos;  
4 abobrinhas mais ou menos do mesmo tamanho;  
2 cebolas;  
3 dentes de alho;  
6 colheres de sopa de azeite de oliva;  
2 ou 3 ramos de manjeriço;  
sal e pimenta-do-reino.

### Modo de fazer:

Corte as berinjelas em fatias longitudinais de perto de um centímetro de espessura.

Disponha numa assadeira e espalhe bastante sal grosso por cima.

Deixe descansar durante uma hora.

As berinjelas vão soltar bastante água e devem perder um pouco do amargor.

Enquanto isso prepare os demais ingredientes.

Se quiser, descasque os pimentões.

Sem as cascas, eles ficam mais fáceis de digerir.

Para isso, espete num garfo de cozinha e leve diretamente à chama do gás. Vá virando até queimar, até deixar preta, toda a superfície. Retire a pele sob água corrente, esfregando com as mãos. Retire os talos, as sementes e corte em quadrados de uns dois centímetros.

Corte a abobrinha em fatias e depois em cubos de mais ou menos uns dois centímetros.

Pique as cebolas, os dentes de alho.

Corte com as mãos as folhas de manjeriço.

Passado o tempo de descanso no sal (uma hora), prepare a berinjela.

Retire as fatias do sal e lave muito bem. É bom lavar umas duas vezes para retirar o sal. Seque com cuidado e corte em quadrados de uns dois centímetros.

Com todos os ingredientes preparados, esquente o azeite numa frigideira grande e pesada.

Fogo baixo.

Refogue rapidamente a cebola e o alho. A cebola deve apenas murchar, sem mudar de cor. Acrescente os demais ingredientes (berinjelas, abobrinhas e pimentões).

Vá refogando no fogo bem baixo, mexendo de tempo em tempo com a colher de pau, até cozinhar os vegetais.

Deve secar o líquido que eles naturalmente soltam, o que leva de 20 a 30 minutos.

Salgue, apimente e retire do fogo. Espalhe por cima o manjeriço e sirva.



São Paulo, 31 de maio de 2011

mkmouse