

Samfaina



Sí, ens encanta l'escalivada, però també ens agrada sucar una bona samfaina! I si en sobra...(que és difícil) a la truita o faig una coca, mmm

Per a 4 persones

Temps: 3 hores

Ingredients:

- 2 alberginies
- 2 pebrots verds
- 2 carbassons
- 2 cebes
- 2 tomàquets
- Oli d'oliva i sal
- Aigua



Elaboració:

PAS 1: Abans de començar, el temps que he posat son 5 minuts per tallar cada verdura i 30 minuts per coure cada verdura per separat. Sobre 5 minuts que dedico a coure totes les verdures juntes un cop ja fetes per separat. El temps es reduirà substancialment si teniu més paelles.

PAS 2: Netegem bé la verdura. Primer faig l'albergínia a daus i la faig a la paella amb oli, absorbeix bastant, així que no en tindrem prou amb un raig. Afegim mig gotet d'aigua i la tapem. Un cop passada mitja hora, aproximadament ja està toveta i cuïta. Reservem

PAS 3: Després fem el carabassó, net i tallat a daus. Seguim el mateix procediment i reservem.

PAS 4: Ara netegem i tallem a rodanxes el pebrot. També caldrà afegir aigua perquè quedi ben tovet. Potser caldran uns minuts més de cocció. Reservem

PAS 5: Seguim amb el tomàquet i després la ceba, sempre per separat. Reservem.

PAS 6: Un cop fetes per separat, posem les verdures totes juntes a la paella. Remenem i arreglem de sal, que no hem posat en cap moment. Les tenim 5 minuts més al foc i ja estarà llesta la samfaina.







Bon Profit!