

ALLEATI CONTRO LO SPRECO

RATATOUILLE



INGREDIENTI

1 CIPOLLA
VERDURE DI STAGIONE
1 SCATOLA DI POLPA DI POMODORO
SALE
ACQUA
2 CUCCHIAI DI OLIO D'OLIVA
SPEZIE/ERBA AROMATICHE A PIACERE



**TAGLIARE LE
VERDURE
A PEZZI NON
TROPPO
GRANDI**



AFFETTARE LA CIPOLLA E FARLA STUFARE CON
UN PÒ DI ACQUA



AGGIUNGERE LE VERDURE A PEZZI , SALARE E
CUOCERE ALCUNI MINUTI A FUOCO VIVO,
MESCOLANDO FREQUENTEMENTE



AGGIUNGERE LA POLPA DI
POMODORO E UN PÒ DI
ACQUA. CUOCERE FINO A
COTTURA COMPLETA



**SERVIRE CALDO, ACCOMPAGNATO DA RISO IN BIANCO, COUS COUS O ALTRI
CEREALI.**