

Ratatouille facile con la Multicooker

RATATOUILLE FACILE ISTANTANEA

La ratatouille cucinata con la Multicooker, è un modo semplice e veloce per preparare la ratatouille! A volte i pasti più semplici sono i migliori ed è questo certamente il caso. È ottima col riso, pasta, quinoa, couscous, come ripieno per una torta salata al forno o semplicemente con un po' di focaccia fatta in casa senza impasto. Può essere servita anche come contorno e si conserva davvero bene in frigo per 3-4 giorni in cui i sapori continuano ad amalgamarsi.

Una cena serale perfetta, veloce, salutare e facile per una intera settimana!

Tempo di prep. 10 minuti

Tempo di cottura 6 minuti

Tempo totale 20 minuti

Porzioni 4

Ingredienti

- 4 cucchiaini d'olio d'oliva
- 1 cipolla grande, tritata
- 1 spicchio d'aglio tritato finemente
- 1 melanzana grande tagliata a pezzi
- 2 zucchine tagliate a pezzi
- 1 peperone grande di qualsiasi colore
- 1 lattina di polpa di pomodori
- 1 cucchiaino di estratto di pomodoro
- 1 cucchiaino di maggiorana o origano essiccato o fresco
- 2 cucchiaini di sale
- 1 foglia di alloro grande
- Pepe nero

Strumenti

- Tagliaverdure multifunzione
- Pentola Multicooker

ISTRUZIONI

Assicurati che tutti gli ingredienti siano tagliati e pronti per l'uso.

Seleziona l'opzione Sauté sulla Multicooker e aggiungi 2 cucchiaini di olio d'oliva, soffriggere la cipolla e l'aglio per 2 minuti fino a quando le cipolle sono leggermente ammorbidite.

Aggiungi il restante olio, la melanzana, il peperone e le zucchine e fai rosolare per qualche minuto.

Aggiungi la polpa di pomodoro, il concentrato di pomodoro, l'alloro, le erbe, il sale e il pepe nero a piacere

Tu con i miei occhi

[Vedere il mondo in bassa risoluzione](#)

e mescolare fino a quando non saranno ben amalgamati.

Metti e blocca il coperchio sulla Multicooker in modo sicuro e imposta la cottura a pressione per 2 minuti. Al termine della cottura della ratatouille, fare rilasciare la pressione e rimuovere il coperchio quando la pressione è stata del tutto rilasciata.

Aggiungere i capperi, il basilico fresco e regolare il condimento secondo necessità.

Servi con pane tostato o sulla pasta, quinoa o polenta.

APPUNTI

Se lo si desidera, è possibile utilizzare 2 pomodori freschi grandi al posto dei pomodori in scatola.

Puoi sicuramente usare timo secco e rosmarino, le erbe fresche fanno davvero la differenza in questa ricetta.

La ratatouille si conserverà per circa 5 giorni in un contenitore ermetico in frigorifero e si congela bene.

Far perdere l'acqua di vegetazione delle melanzane: personalmente non mi preoccupo mai di farlo, dato che ormai i semi delle melanzane sono stati modificati geneticamente e per questo sono meno amare.

Questo post può contenere link di affiliazione. Ricevo una piccola commissione (per te a costo zero) quando effettui un acquisto utilizzando i nostri link.