

CAPONATA DE BERINJELA DELICIOSA PARA SERVIR JUNTO COM ALMOÇO OU PARA ACOMPANHAR LANCHES

INGREDIENTES

2 berinjelas médias em tiras

1 cebola média picada

1/2 pimentão vermelho em tiras

1/2 pimentão amarelo em tiras

1/2 pimentão verde em tiras

100 ml de azeite

3 dentes de alho picadinhos

1 tomate médio

4 colheres de sopa de azeitonas pretas picadas

1/2 xícara de chá de uvas-passas pretas

1/2 xícara de chá de nozes picadas

cheiro-verde e sal a gosto

MODO DE PREPARO

Coloque as berinjelas picadas em uma bacia com água e um pouco de vinagre, deixando de molho por 30 minutos para tirar o amargor.

Em uma panela, frite a cebola, o pimentão vermelho, o pimentão amarelo e o pimentão verde usando metade do azeite.

Quando a cebola ficar transparente, acrescente o alho e frite até dourar levemente.

Acrescente a berinjela escorrida e o tomate, tempere com o sal e tampe a panela, deixando refogar por 15 minutos.

Junte as azeitonas pretas picadas, as uvas-passas pretas e o restante do azeite, desligando o fogo em seguida.

Finalize juntando as nozes e o cheiro-verde, esperando esfriar para servir.

Sirva essa caponata de berinjela bem gelada com torradas ou com o que preferir!

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://areceitadavez.com.br/receita/16639-caponata-de-berinjela-deliciosa-para-servir-junto-com-almoco-ou-para-acompanhar-lanches.html>