



LA BELLE VIE

# Tous les ingrédients pour passer derrière les fourneaux

## Ratatouille

Pour 3 personnes

Très facile

100 min

**2.32€** La portion (prix indicatif)



On vous propose ici notre version de la ratatouille cuite au four. La cuisson au four permettra à la fois de laisser cuire la ratatouille sans vous en occuper (hyper pratique pour un soir en semaine) mais aussi de confire les légumes et faire ressortir leur côté délicieusement sucré.

### Les ingrédients

- **2 pièce** de Aubergine
- **1 pièce** de Poivron toute couleur
- **1 pièce** de Courgette
- **1 pièce** de Oignon jaune
- **4 gousse** de Ail
- **0.5 c à c** de Herbes de Provence
- **1 pincée** de Piment d'Espelette
- **4 pièce** de Tomate allongée

### Étapes de préparation



**Préparation** : 20 min



**Cuisson** : 80 min



**Attente** : 0 min

- 1** Coupez un oignon en cubes.
- 2** Épluchez l'ail et écrasez 4 gousses. Mettez de côté avec l'oignon.
- 3** Épluchez les 2 aubergines. Coupez-les en cubes d'env. 1,5 cm. Mettez de côté séparément.

Facultatif : épluchez 4 tomates.

Coupez-les en morceaux. Mettez de côté avec les aubergines.

- 4** Préchauffez votre four à 205°C en chaleur traditionnelle.
- 5** Faites chauffer une marmite avec de l'huile d'olive. Soyez généreux en huile !

- 6 Quand l'huile est chaude, ajoutez l'oignon et l'ail. Salez d'½ càc et poivrez. Mélangez. Suez les légumes à feu doux-moyen pendant 5 minutes environ jusqu'à ce que l'oignon soit translucide. Mélangez de temps en temps.

Note : si vous doublez les proportions de la recette, le temps de cuisson augmentera aussi. Veuillez simplement à suer les oignons.

- 7 Ajoutez la moitié d'une càc d'herbes de Provence et une pincée de piment d'Espelette. Faites cuire 1 minute en mélangeant.
- 8 Ajoutez les tomates et les aubergines. Salez (¼ càc) et poivrez. Mélangez. Enfournes dans le four chaud pendant 45 minutes, ou jusqu'à ce que les aubergines soient fondantes.
- 9 Pendant ce temps, lavez et épépinez un poivron. Coupez-le en cubes d'env. 1,5 cm.
- 10 Lavez une courgette. Coupez-la en quart puis en morceaux de 2 cm. Mettez-les avec les poivrons.
- 11 Après 45 minutes, retirez le plat du four. À l'aide d'un presse-purée ou d'une cuillère large, écrasez  $\frac{2}{3}$  des légumes.
- 12 Ajoutez les poivrons et les courgettes. Salez et poivrez. Mélangez.
- 13 Enfournes à nouveau 25 à 30 min pour cuire les courgettes.
- 14 Quand la ratatouille est cuite, laissez-la refroidir 5 à 10 minutes. Si besoin, assaisonnez avec ½ càc de vinaigre de xérès.
- 15 Vous pouvez ajouter du persil ou du basilic frais dans vos assiettes si vous voulez. Accompagnez cette ratatouille de riz, polenta ou de ravioli à la ricotta.