

La CAPONATA d'Hélène

Ingrédients

- 1 kg d'aubergines
- 600 g de tomates pelées fraîches ou en boîte dés de tomates
- 1,5 dl d'huile d'olives
- 5 cl de vinaigre (1/4 de verre)
- 20 g de sucre
- 100 g d'olives vertes et noires
- Câpres
- Pignons
- 8 filets d'anchois au sel rincés
- 2 oignons
- Une branche de céleri coupée en menus morceaux
- 1/4 de basilic
- 50 g de raisins secs



Recette

Faire dégorger les aubergines pendant 1h (moi je ne le fais plus).

Faire revenir les aubergines, ajouter les tomates faire cuire 10 minutes.

Ajouter le vinaigre, le sucre : cuire 10 minutes.

Ajouter les câpres, les pignons, les anchois : cuire 10 minutes.

Dans une poêle étuver les oignons le céleri dans de l'huile d'olives 10 minutes.

Mélanger les 2 préparations, ajouter le basilic, les raisins secs : cuire 10 minutes.

À manger froid mais pas glacé.

Bon appétit