

Caponata di melanzane e petto di pollo



Ingredienti:

- 1 melanzana grande
- 400 g petto di pollo
- 1 costola di sedano
- 1 cucchiaio capperi sotto sale
- 10 olive verdi snocciolate
- 3 cucchiai passata di pomodoro
- 2 cucchiai aceto bianco
- 1 cucchiaio raso di zucchero
- sale, basilico

Unite nella ciotola la melanzana tagliata a cubetti ed il sedano a pezzetti. Condite con poco sale e 2 cucchiai di olio di oliva.



Mescolate bene.

Coprite con Magic Cooker una casseruola vuota e riscaldate sul fornello grande a fiamma alta 1 minuto. Unite le melanzane con il sedano.



Coprite e cuocete a fiamma alta per 4 minuti. Mescolate una volta a metà intervallo. Abbassate la fiamma e aggiungete il petto di pollo tagliato listarelle, le olive a rondelle ed i capperi lavati bene.



Mescolate, coprite e cuocete a fiamma alta per 2 minuti poi fiamma bassa per 5 minuti. Aggiungete la passata di pomodoro, l'aceto, lo zucchero, sale...



... mescolate e continuate la cottura per ultimi 5 minuti. Spegnete il fuoco e aggiungete del basilico spezzettato con le mani.



Buon appetito con Magic Cooker!

Ricetta fatta da Eliza Sestov.