

Ratatouille

Ingrédients (pour 4 personnes)

2 aubergines
2 courgettes
3-4 tomates
un bel oignon ou 4 petits oignons frais
10 olives noires dénoyautées
3 gousses d'ail
thym
sel, poivre
6 cuillères à soupe d'huile d'olive

Temps d'exécution : 25 minutes

Temps de cuisson : 30 minutes

Préparation

- Laver les légumes, couper les aubergines et les courgettes en tranches un peu épaisses (1 cm) dans le sens de la longueur et sans les éplucher.
- Détailler ensuite ces tranches en bâtonnets de la même épaisseur (1 cm)
- Couper ensuite ces bâtonnets de façon à avoir des petits cubes de légumes.
- Vider les poivrons de leurs graines.
- Les tailler en lamelles puis en morceaux (1 cm) pour obtenir des morceaux de forme à peu près identiques à ceux des courgettes et aubergines.
- Procéder de la même manière pour les tomates.
- Au final, vous aurez un saladier plein de petits cubes de légumes.
- Trancher finement l'ail et les olives noires.
- Détailler en petits morceaux l'oignon (ou les oignons frais avec le vert), puis mettre l'huile d'olive dans une sauteuse et faire revenir tous les légumes à feu moyen.



Conseils

- Saler, poivrer, ajouter le thym et faire mijoter à feu doux, couvert, 20 min en surveillant que cela n'accroche pas.
- Servir chaud (accompagné tout simplement d'œufs au plat).
- On peut également se servir de cette ratatouille pour une tarte d'entrée. Dans ce cas, on la déposera (une fois cuite) sur une pâte feuilletée. On pourra aussi y parsemer des rondelles fines de fromage de chèvre; cuire au four 30 minutes environ.

activités

2. Après avoir lu la recette, dites comment on prépare :

1. les aubergines et les courgettes ;
2. les poivrons ;
3. les tomates ;
4. l'ail, les oignons et les olives.

3. Quelles sont les différentes coupes des légumes citées dans la recette ?

EN TRANCHE, BÂTONNETS, CUBES, POIVRONS, LAITUE

4. Traditionnellement, chaque région possède sa propre cuisine et sa «ratatouille», une recette préparée avec toutes sortes de légumes. Comment s'appelle-t-elle dans votre région ? Expliquez la recette.

5. Rédigez la recette que vous venez d'expliquer en mettant en évidence :

- la préparation et le découpage des légumes ;
- le moment du repas où elle est consommée (comme plat unique ou comme garniture) ;
- une variation de la recette de votre choix.