



A "FAMOSA" CAÇAROLA VEGETARIANA DO HARITON

Ingredientes

Para 1 assadeira

8 beringelas grandes
8 batatas grandes
8 pimentos verdes
8 cebolas grandes
8 abóboras de verão
6 tomates
450g feijão verde fresco
450g cogumelos frescos
inteiros
2 cabeças de alho
30g endro fresco picado
30g oregão fresco picado
30g manjeriço fresco
picado
1 lata de molho de tomate
Sal e pimenta a gosto

Passos

- 1.** Prepare a beringela antes de a juntar os ingredientes, cortando-a em pedaços de 5 cm e pondo-os numa taça grande com água salgada. Isso removerá a amargura da beringela. Deixe em imersão durante cerca de 3 horas.
- 2.** Corte as batatas, os pimentos verdes, a cebola, a abóbora e os tomates em pedaços de 5 cm. Corte o feijão verde e os cogumelos em metades, e descasque os dentes de alho.
- 3.** Escorra e enxague a beringela, junte-a aos outros vegetais cortados, o endro, o manjeriço e os oregãos, e ponha tudo num tabuleiro para assar. Despeje o molho de tomate e o azeite sobre tudo.
- 4.** Asse no forno a 190°C durante 2 horas e meia, adicionando alguma água a meio do tempo de assadura para não secar.