



De Kookjuf

Peperonata

Ingrediënten

- 2 rode paprika's
- 1 gele paprika
- 2 rode uien
- 2 teentjes knoflook
- 20 gr peterselie
- 3 takjes oregano
- 3 takjes basilicum
- 1 blik gepelde tomaten
- paar olijven ontpit
- 1 courgette
- 1 aubergine
- 2 el balsamico of rodewijnazijn
- zout en peper
- Parmezaanse kaas

Materialen

- koekenpan
- grillpan

Bereiding

1. Haal de schillen van de ui en snijd in acht partjes
2. Haal de schil van de knoflook en pers deze
3. Maak de paprika's schoon en snijd in vieren
4. Haal de blaadjes van de kruiden, de steeltjes gebruik je niet
5. Hak de peterselie
6. Idem met de oregano en basilicum
7. Prak de gepelde tomaten
8. Snijd de olijven heel klein
9. Was de courgette en de aubergine en snijd ze in de lengte in dunne plakken van een kleine halve centimeter
10. Bak in de koekenpan de parten ui tot ze zacht zijn. Bak op het eind even de knoflook mee
11. Bak zeker 10 minuten op laag vuur
12. Bak de paprika's 3 minuten mee en voeg dan de kruiden, tomaten, olijven en azijn toe
13. Laat zeker 10-15 minuten op laag vuur pruttelen
14. Gril ondertussen in een hete grillpan de lange plakken aubergine en courgette tot ze bijna gaar zijn. Bestrijk van te voren de aubergine en courgette licht met olie
15. Kruid dan met zout en peper en rasp er Parmezaanse kaas overheen.