

Кабачкова ікра

Кабачкова ікра з нотками Середземномор'я - цікава та надзвичайно смачна страва яка зникає зі столу за лічені хвилини.

Хрумкіт дрібних кубиків кабачка дивує нас своєю оригінальністю, він добре смакує і до м'яса, і до яєць, ним також можна поласувати зі шматком свіжого селянського хліба.

Зазвичай, кабачкова ікра сприймається скептично. Та все ж таки, я наполегливо рекомендую спробувати приготувати цю страву, особливо в рясний сезон молодих кабачків. Лиш після приготування власноруч кабачкової ікри ви погодитися, що вона таки варта уваги навіть по при все наше упередження щодо минулого досвіду...

Одесити переконують що цей рецепт можна консервувати, а чому б ні, та я не пробувала.

Для дітей можна готувати без гострого перцю.

-
- 800 г молодих кабачків
 - 300 г червоного болгарського перцю
 - 500 г спілих помідорів
 - 150 г цибулі
 - 50 г часнику
 - 1 стручок гострого перцю
 - пів лимону
 - 100 мл оливкової олії
 - 25 мл оцту бальзаміко
 - сіль, перець

Перець покласти на протвінь у гарячу духовку 180 – 200 С та запікати 30 хв, час до часу перевертаючи.

Помідори покласти у миску та залити крутим кип'ятком щоб потім легко зняти шкірку. Залишити на декілька хвилин.

Цибулю й часник почистити та дрібно посікти. Гострий перець розрізати

навпіл, вийняти насіння та теж дрібно посікти.

На малому вогні, у глибокій сковорідці, на олії 15 хв пасерувати цибулю, часник і гострий перець. Додати оцет бальзаміко, збільшивши вогонь та випарувати упродовж 1-2 хв.

У тому часі дрібними кубиками порізати кабачки. Зняти з помідорів шкірку, розрізати їх на четвертинки, вийняти насіння та теж нарізати дрібними кубиками. Спечений перець також почистити від шкірки й від насінинок, нарізати дрібними кубиками.

Усі нарізані овочі додати до пасерованої цибулі, часнику та перцю, перемішати та тушкувати 10 хв.

Тоді додати сік половини лимона та знову тушкувати 5 хв, додати сіль, перець і тушкувати ще 10 хв.

Ікра має відчуватися ще на зуб, тобто не перетушкувати.

















