

ORTO LUCANO

Ingredienti per 4 persone:

- 2 melanzane
- 2 cipolle grandi affettate ad anelli
- 3 zucchine tagliate a tocchetti
- 2 peperoni grandi dolci senza semi a liste
- 2 pomodori grandi maturi spezzettati
- 1 manciata prezzemolo
- 1 manciata basilico tritato
- 2 spicchi aglio
- 8 cucchiaini olio d'oliva
- sale

Lavate le melanzane, spuntatele, tagliatele a dadi, metteteli in un colapasta, cospargeteli di sale grosso e lasciateli scolare un'oretta.

Nel frattempo, in una casseruola, fate appassire le cipolle nell'olio, unite quindi le zucchine, i peperoni, i pomodori e le melanzane, lavate e asciugate.

Fate insaporire, rimescolando, aggiungete il trito preparato, salate e cuocete un'oretta a fuoco moderato, prima col coperchio e poi senza.

Quando le verdure saranno cotte e il sugo condensato, servite.