

SAMFAINA

La samfaina la podem utilitzar com acompanyant d'altres plats: carns, bacallà, pasta o amb el que us vingui de gust.

Ingredients:

- 6 tomàquets plens molt madurs
- 2 albergínies
- 1 ceba
- 1 pebrot verd
- 1 pebrot vermell
- 4 alls
- 2 culleres d'oli d'oliva.

Preparació:

Poseu l'oli en una cassola gran. Quan estigui calent, tireu els alls. Seguidament, ceba, albergínies i pebrots tallats a daus. Els pebrots sense llavors. Podeu fer servir l'albergínia blanca, és molt més suau que la negra, i no cal pelar-la.

Deixem durant 15 minuts a foc lent i anem remenant.

Mentrestant ratllem els tomàquets. Han de ser tomàquets plens molt madurs. La qualitat del tomàquet és clau, com els que trobeu a la botiga de Conreu Sereny, perquè és l'ingredient principal.

Passat els 15 minuts, afegim el tomàquet ratllat, les herbes aromàtiques i la sal.

Tapem la cassola i deixem coure durant uns 30 minuts.

Apaguem el foc i deixem reposar un parell d'hores abans de menjar.

Quan sigui la temporada, a la botiga de Conreu Sereny trobareu els ingredients necessaris per a preparar-la. Us sortirà molt gustosa i sana. Demaneu-les a la cistella de la setmana.



A tenir en compte:

Podeu afegir herbes aromàtiques al vostre gust. Podeu afegir orenga, romaní, farigola, llorer. ...

Si us sobra samfaina la podeu congelar, en petites racions, per acompanyar els vostres plats.