



Pisto manchego

Spaanse groentestoof van paprika, courgette en tomaat, zacht gestoofd in olijfolie. De Spaanse neef van ratatouille.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
20'	40'	4	Bijgerecht

Ingrediënten

- 1 ui
- 1 rode paprika
- 1 groene paprika
- 1 courgette
- 1 aubergine
- 4 rijpe tomaten
- 2 teentjes knoflook
- 5 cl olijfolie
- 1 kl zoete paprikapoeder

zout

zwarte peper

1 snuifje suiker

Bereidingswijze

1. Snijd alle groenten in blokjes van ongeveer 1 cm. Ontvel de tomaten en hak ze grof.
 2. Verhit de olijfolie in een ruime pan en stoof de gesnipperde ui en knoflook 5 minuten glazig.
 3. Voeg de paprika toe en bak 5 minuten. Doe er dan de aubergine en courgette bij en stoof nog 10 minuten al roerend.
 4. Roer het paprikapoeder erdoor, voeg de tomaten en het snuifje suiker toe.
 5. Laat het geheel op zacht vuur 20 minuten sudderen tot een dikke, smeuijge stoof.
 6. Breng op smaak met zout en peper. Serveer warm of lauw, eventueel met een gepocheerd ei bovenop.
-

Ontdek meer recepten op [kookpot.be](https://www.kookpot.be)