

Pisto

**Nombre de la receta**

Pisto

Tiempo

2 Horas

Dificultad

Muy sencilla

Personas

8

Alérgenos

La receta no contiene alérgenos

Descripción

Pisto de verdura a la manera de mi madre.

Ingredientes

- 2 Kilos de tomates rojos maduros
- 1 Kilo de pimientos verdes "entreverados" (verdes o rojos)
- 750 gramos de berenjenas
- 500 gramos de calabacín
- 125 mililitro de aceite de oliva
- 1 cucharada sopera de sal
- 1 cucharada sopera de azúcar (opcional)

Pasos

1 En primer lugar preparamos las verduras, lavando los pimientos.



2 Picamos los pimientos, una vez lavados y secos. Igualmente pelamos las berenjenas y el calabacín y los troceamos también.



3 En una sartén honda ponemos el aceite. Cuando esté caliente, echamos el pimiento, berenjena y calabacín. Salamos al gusto.



4 Mientras se pocha lo anterior a fuego medio-bajo, vamos removiendo para que la verdura se vaya haciendo en su jugo y no se pegue. Al mismo tiempo vamos pelando los tomates y los picamos.



5 Cuando el pimiento, berenjena y calabacín esté pochado, añadimos el tomate. Volvemos a salar de nuevo y vamos friendo a fuego bajo removiendo muy a menudo para que no se agarre el tomate. Probamos y si nos parece ácido, echamos azúcar. Ya tenemos nuestro pisto listo y listo para comer.



Observaciones o consejos

Al pisto andaluz se le añaden patatas fritas, pero sin ellas es más ligero. Se puede acompañar con chorizo frito, torreznitos, un huevo frito encima o echarle unos huevos estrellados antes de retirar del fuego. Si se tiene huerto, se pueden hacer grandes pistos durante la temporada de estas verduras y congelarlo o echarlos en botes al baño maría. En invierno abrir un bote, calentar y ya tenemos comida casera preparada.

Autor

Matilde Linares