RATATOUILLE À LA MIJOTEUSE1 aubergine moyenne (environ 200 grammes)
1 c. à table (15 ml) de gros sel
1 courgette moyenne pelée et coupée en cubes de ½ pouce (1.2cm)
3 tomates pelées, (250 grammes) épépinées et coupées en petits
cubes
1 oignon haché finement
½ c. à thé (2.5 ml) de xylitol
½ c. à thé (2.5 ml) d’estragon séché
2 à 3 pincée de poivre de cayenne
½ tasse (125ml) de bouillon ou jus de légumes ou de jus de tomate
Peler l’aubergine et couper en cubes de ½ pouce (1.2cm). Mettre
dans un bol, mélanger avec le sel couvrir et laisser dégorger 1 heure.
Après bien rincer et assécher avec un linge à vaisselle.
Mettre dans la mijoteuse avec tout le reste des ingrédients.
Cuire à basse température 4h à 4 ½ heure.