



PISTO MANCHEGO

Ingredientes

- 4 tomates maduros
- 1 pimiento rojo
- 1 pimiento verde
- 1 cebolla
- 1 calabacín
- 3 dientes de ajo
- 4 cucharadas de aceite de oliva virgen extra
- 2 cucharaditas de comino en polvo
- 1 cucharadita de azúcar (opcional)
- Salsa de tomate frito (opcional)
- Sal
- Pimienta negra molida

Preparación

1º. En una sartén o cazuela amplia, agrega el AOVE y calienta a fuego medio.

2º. Pica la cebolla, el ajo y los pimientos verdes y rojos, añádelos a la sartén con una pizca de sal y un poco de pimienta molida. Sofríe unos minutos hasta que la cebolla empiece a dorarse.

3º. Lava el calabacín -no es necesario pelarlo, solo quítale las puntas- y pícalo en cubos pequeños. Agréguelo a la sartén y saltea durante 3-4 minutos.

4º. Enjuaga los tomates, quítales el corazón y córtalos en cubos. Agrégalos a la sartén. Salpimienta y añade las dos cucharaditas de comino en polvo.

5º. Baja un el fuego y deja que hierva a fuego lento durante unos 10 minutos

6º. Llegados a este punto, prueba el pisto manchego. Si está demasiado ácido, añade una cucharadita de azúcar para endulzarlo un poco. También puedes agregar tomate frito en este paso si ves que el pisto está demasiado espeso y seco. Si lo añades, déjalo cocinar unos minutos más.

FUENTE: WWW.ACEITESDEOLIVADEESPANA.COM