

RATATOUILLE

Ingrédients:

- 1 gros oignon, coupé en petits morceaux
- 2 courgettes, pelées et coupées en dés
- 1 aubergine, pelée et coupée en dés¹
- 4 tomates, coupées en dés
- 4 gousses d'ail, écrasées
- 1 cuillerée à soupe de persil, ciselé
- 1 cuillerée à café de basilic, émincé
- 1 cuillerée à café de sel
- 1/2 cuillerée à café de poivre
- 4 cuillerées à soupe d'huile d'olive

Faire chauffer l'huile dans une grande casserole. Ajouter l'oignon et l'aubergine, et faire cuire à feu vif pendant 5-6 mn. Ajouter les courgettes, et faire cuire 5 mn de plus. Ajouter les tomates, les herbes et l'ail. Saler et poivrer. Ajouter 1/4 l d'eau, et continuer à cuire à feu doux pendant 30-35 mn, en remuant de temps en temps. Ajoutez davantage d'eau, si nécessaire, pendant la cuisson. Pour 8 personnes.

ACTIVITÉS

1. Cherchez sur Internet plusieurs recettes pour la ratatouille. Quelles différences y trouvez-vous?
2. Faites une expérience avec chaque légume pour déterminer le meilleur temps de cuisson. Coupez des morceaux de taille égale de courgette, d'aubergine, de tomate et d'oignon. Faites cuire chaque légume individuellement à la même température en bien mesurant le temps pour déterminer combien de temps il faut les faire cuire pour qu'ils soient bien cuits. Lequel est le plus juteux? Le plus difficile à cuire? Lequel décolore le plus? Déforme le plus en cuisant?
3. Avec quelles viandes pouvez-vous servir la ratatouille?
4. Ce plat est encore meilleur le lendemain. Préparez une ratatouille deux jours de suite. Faites une dégustation pour déterminer s'il y a une différence de goût et quelle version est meilleure?
5. Regardez le texte à la page 70 et déterminez quelle serait la meilleure saison pour préparer ce plat avec les ingrédients les plus frais.



NOTES

¹ En général, les aubergines qu'on trouve aux États-Unis, surtout les grosses, sont trop mûres et sont, par conséquent, pleines de pépins et amères. Si vous ne pouvez pas trouver des aubergines très fraîches, utilisez de préférence des aubergines dites japonaises qui sont plus petites.