

Ingredientes:



300 g
de calabacín



250 g de pimiento
verde y rojo



300 g
de berenjena



200 g
de cebolla



200 g de puerro



350 g de
tomate frito



6 c.s. de
aceite de oliva



2 dientes
de ajo



Azúcar



Sal, pimienta

Preparación:

- Limpie y pele en tacos el calabacín, los pimientos y la berenjena. Pele y pique la cebolla, el ajo y el puerro.
- Eche el aceite en la olla del AutoCook e incorpore las verduras troceadas.
- Seleccione el programa **Sofreír** y la opción **Largo**, ajustando manualmente 30 minutos en el temporizador. Pulse el botón de **Inicio**. Deje los primeros 10 minutos la **tapa cerrada** y, posteriormente, ábrala.
- 9 minutos antes de finalizar el programa, incorpore el ajo machacado, el tomate y remueva el conjunto. Condimente con sal, pimienta molida y azúcar.
- En cuanto suene la señal, abra la tapa y sirva.

Consejo de Bosch:

Puede añadirle atún al pisto. Para ello, introduzca el atún en el conjunto 1 minuto antes de que finalice el programa y remueva.

RACIONES: 6

Programa: Sofreír largo

Calorías por ración: 199 kcal

Tiempo de cocción (sin precalentamiento):

AutoCook - 30 min.

AutoCook Pro - 30 min.

PISTO

