

gekonfijte aubergine en courgette
met huile d'olive de Nyons BOB

Voor 4 personen:

- *3 courgettes*
- *2 aubergines*
- *1 ui*
- *1 teentje knoflook*
- *2 eetlepels olijfolie* ***Huile d'olive de Nyons AOP (BOB)***
- *2 takjes tijm*
- *Zout, peper, Piment d'Espelette AOP (BOB) (milde chilipeper uit Espelette in Frans Baskenland)*

Bereidingstijd: 20 minuten
Kooktijd: 1 uur

Schil de ui en snijd deze in kleine blokjes. Was de courgettes en aubergines. Schil de courgettes.

Snijd de courgettes en aubergines in kleine blokjes.

Verhit 2 eetlepels olijfolie Huile d'olive de Nyons AOP (BOB), fruit de ui en voeg vervolgens de courgettes en aubergines toe.

Voeg de geperste knoflook, 1 snufje Piment d'Espelette AOP (BOB) (milde chilipeper uit Espelette in Frans Baskenland), zout en peper toe.

Laat het geheel 25 minuten afgedekt koken, verwijder vervolgens het deksel en laat het 15 tot 30 minuten karamelliseren. De groenten dienen zacht te zijn.

Serveer met gekookte witte rijst of als bijgerecht bij gegrild vlees (varkensvlees, kip, enz.).

Olijfolie

Wij raden u aan om een olijfolie met een subtiele smaak van Nyons BOB te gebruiken voor zijn zachtheid, zijdezachtheid en aroma's van gedroogd fruit, evenals zijn boterige smaak, eventueel vergezeld van aroma's van verse hazelnoten en/of vers gesneden gras.
U kunt ook een van deze olijfoliën gebruiken: Nice BOB of Languedoc BOB.

Werk gefinancierd door de Europese Unie, FranceAgriMer en France Olive Production.

REG. (UE) 2021/2115 P.O.
GMO ÖL jahr 2026