

Μακαρονάδα καπονάτα με κολοκύθια

Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός / Γαστρονομία



Συστατικά

2 κρεμμύδια
4 σκ. σκόρδο
2 κ.σ. ελαιόλαδο
2-3 κ.σ. ζάχαρη κρυσταλλική
4 κολοκυθάκια
3 κ.σ. σταφίδες
2 κ.σ. κάπαρη
2 κ.σ. ξίδι από κόκκινο κρασί
400 γρ. τομάτα κονκασέ
1 κύβο λαχανικών
150-200 γρ. νερό
250 γρ. σπαγγέτι βρασμένα
θυμάρι ξερό
πιπέρι

Μέθοδος Εκτέλεσης

Βάζουμε ένα τηγάνι σε δυνατή φωτιά.
Κόβουμε τα κολοκύθια σε μισοφέγγαρα.
Κόβουμε το κρεμμύδι και το σκόρδο σε λεπτές φέτες.

Βάζουμε ελαιόλαδο στο τηγάνι και ρίχνουμε το κρεμμύδι, το σκόρδο και 1 κ.σ. ζάχαρη. Σοτάrouμε για 1-2 λεπτά μέχρι να καραμελώσουν.
Προσθέτουμε τα κολοκυθάκια, τις σταφίδες, την κάππαρη.
Σβήνουμε με το ξίδι και ανακατεύουμε με μία κουτάλα.
Ρίχνουμε στο τηγάνι την τομάτα κονκασέ, τον κύβο και το νερό και σιγοβράζουμε για 10 -15 λεπτά.
Προσθέτουμε τα σπαγγέτι στο τηγάνι και ανακατεύουμε.
Σερβίrouμε με θυμάρι φρέσκο, ελαιόλαδο και πιπέρι.

Πηγή: akispetretzikis.com