

10 Αυγούστου 2023

Μπριάμ

[Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός / Γαστρονομία](#)



Υλικά:

400 γρ. μελιτζάνες

400 γρ. κολοκυθάκια

400 γρ. πατάτες

2 κρεμμύδια, ψιλοκομμένα

4 σκελίδες σκόρδο, ψιλοκομμένες
4 πιπεριές
1 κουταλιά της σούπας ντοματοπελτέ
1 κουταλιά της σούπας μαϊντανό, ψιλοκομμένο
1 φλιτζάνι λάδι
Αλάτι, πιπέρι

Εκτέλεση:

Κόβουμε σε ροδέλες όλα τα λαχανικά. Τσιγαρίζουμε το κρεμμύδι και το σκόρδο στο λάδι. Προσθέτουμε τον ντοματοπελτέ διαλυμένο σε λίγο νερό, το μαϊντανό, αλάτι και πιπέρι. Απλώνουμε τα λαχανικά στο ταψί, τα περιχύνουμε με την σάλτσα και ανακατεύουμε καλά. Τα απλώνουμε πάλι ομοιόμορφα και τα ψήνουμε σε δυνατό φούρνο, ώσπου να μείνουν με το λάδι τους.

Πηγή: monastiriaka.gr