

# CAPONATA DE ABOBRINHA E BERINJELA

## INGREDIENTES

2 berinjelas médias  
1 abobrinha pequena  
1 pimentão vermelho  
1 pimentão amarelo  
2 dentes de alho picados  
50 g de uvas passas escuras  
6 damascos secos picados(opcional)  
1 colher de sopa de manteiga  
vinagre branco  
azeite  
sal, pimenta calabresa seca e orégano a gosto

## MODO DE PREPARO

Pique em cubos as berinjelas, a abobrinha e os pimentões, reserve.

Coloque um pouco de água em uma panela e, quando começar a ferver, coloque a abobrinha picada.

Deixe cozinhar por aproximadamente 2 minutos, retire as abobrinhas da água e reserve.

Repita o mesmo processo com a berinjela, porém acrescente um pouco de sal e vinagre à água em que a berinjela será cozida, reserve.

Em uma panela coloque a manteiga e um pouco de azeite, acrescente o alho e frite até ficar levemente dourado.

Acrescente os pimentões e refogue por aproximadamente 3 minutos.

Acrescente as uvas passas, o damasco picado e refogue por mais 1 minuto.

Acrescente a berinjela e a abobrinha, misture bem.

Desligue o fogo e tempere com sal, orégano, pimenta calabresa seca, vinagre (utilizei aproximadamente 2 colheres de sopa) e azeite a gosto.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/30904-caponata-de-abobrinha-e-berinjela.html>