



Ratatouille accompagnée de spaghettis de Konjac

Ingrédients :

- 1 paquet de spaghettis de Konjac (ou de fettuccine de Konjac)
- 1 courgette
- 1 poivron rouge
- 1 aubergine
- 1 oignon
- 3 ou 4 tomates fraîches ou une boîte de tomates
- 1 gousse d'ail
- 1 branche de thym
- 1 ou 2 feuilles de laurier
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- Sel et poivre

Recette :

Egouttez les spaghettis, rincez-les abondamment, et les réserver

Faites revenir dans l'huile l'oignon pendant 2 mn à feu vif, ajoutez le poivron coupé en lamelles et faites-les dorer.

Rajoutez l'aubergine coupée en petits dés, puis la courgette détaillée en rondelles. Laissez cuire 10 minutes environ.

Ajoutez les tomates coupées en petits morceaux, le sel, le poivre, l'ail écrasé, le thym et le laurier et faites mijoter cette ratatouille à feu doux pendant 45 minutes minimum.

Goûtez et rectifiez l'assaisonnement si besoin.

Ajoutez les spaghettis de konjac dans la quantité de ratatouille voulue et continuez la cuisson 10 minutes afin que les pâtes prennent le goût de la ratatouille.