**RATATOUILLE DE FRIGIDEIRA**

**Orientações iniciais:**

* Leia ATENTAMENTE **toda** a receita antes de iniciar qualquer procedimento e planejem a divisão das tarefas para otimizar o tempo
* Higienize todos os alimentos que necessitarem de higienização como frutas, folhas, legumes e vegetais

| INGREDIENTES* 1 pimentão amarelo
* 1 abobrinha
* 1 berinjela
* 1 xícara de chá de tomate cereja
* 1 cebola roxa
* 1 dente de alho
* 2 colheres de sopa de azeite
* 1 colher de sopa de salsinha e cebolinha picada

MODO DE PREPARO1. Higienize e pese todos os alimentos
2. Corte a cebola, o pimentão, a abobrinha e a berinjela em cubos médios. Por último, descasque e pique fino o alho e corte os tomates em metades. Reserve;
3. Leve uma frigideira antiaderente ao fogo alto e, quando aquecer, regue com 1 colher (sopa) de azeite e refogue a cebola por 2 minutos, até ficar translúcida. Junte o alho picado e mexa por mais 1 minuto, sem deixar dourar. Adicione o pimentão e refogue também por 1 minuto;
4. Abaixe o fogo e coloque o restante do azeite. Junte a abobrinha e a berinjela e refogue por uns 10 minutos, mexendo sempre. Os legumes devem ficar dourados e cozidos, porém firmes, com uma textura al dente;
5. Adicione o tomate cereja e as ervas e misture, apenas para aquecer;
6. Pese a preparação inteira e porcione.

Obs: O segredo desse prato é cortar todos os legumes no mesmo tamanho. |
| --- |

**Orientações finais:**

* Toda a louça (utensílios e equipamentos) utilizados em aula devem ser lavados e guardados nos locais onde foram retirados.
* As bancadas devem ser higienizadas com água e sabão e álcool.
* Os aventais recebidos devem ser devolvidos ao laboratório no final da aula.