

Dip de Tomate y Berenjena

Esta salsa combina muy bien con todo: verduras, carnes, pescados, legumbres, ... Aporta muy pocas calorías y su sabor ácido lo hace adictivo.

INGREDIENTES:

- 3 Tomates maduros medianos
- 1 Cebolla pequeña
- ½ Berenjena mediana
- 1 diente de ajo pequeño pelado
- 1 Cucharada vinagre de manzana
- 1-2 Cucharadas zumo de limón (al gusto)
- 2 Cucharadas Aceite de oliva
- 1 Cucharadita hierbas provenzales

Sal y pimienta al gusto

1
Taza



ELABORACIÓN:

1. Precalentar el horno a 180°C
2. Partir las hortalizas por la mitad y espolvorear con hierbas provenzales. Hornear 20-30 minutos.
3. Retirar la piel de las hortalizas y triturar con el resto de ingredientes.
4. Rectificar de sal y pimienta. Servir frío.