

# Berenjenas en escabeche



**Recetízate**  
Las recetas que hablan de ti  
[www.recetizate.com](http://www.recetizate.com)

**Creador:** Eva Codina **Recetizador:** Maria Zito



**Tiempo:** + de 2 horas

**Dificultad:** Intermedia

**Tipo de plato:** Otros

**Tipo de cocina:** Normal

**Otros:** Cocina Tradicional

**Coste:** Medio

## **El truco de esta receta:**

Se pueden reemplazar las berenjenas negras por blancas o violetas, particularmente prefiero las negras que son más gustosas para esta receta

## **Descripción:**

El Escabeche es un método de conservación de alimentos en vinagre, se llama así también al alimento así obtenido. El método para procesar un alimento en escabeche está dentro de las operaciones denominadas en cocina como marinado, y la técnica consiste básicamente en el precocinado mediante un caldo de vinagre, aceite frito, vino, laurel y pimienta en grano. Es la transformación de una preparación de la cocina árabe.

## **Ingredientes para 8 personas :**

- 3 berenjenas negras (
- 1 puñado de sal gruesa.
- 3 vasos vinagre de vino
- 3 vasos de agua .
- Aceite de oliva suave
- 4 dientes de ajo
- 10 hojas de laurel
- 10 gr de orégano .
- puñadito de pimienta negra en grano.

## **Preparación:**

### **Paso 1**

Lavar, secar muy bien las berenjenas y cortalas en rodajas de 1 cm aprox. Colocar las rodajas de berenjenas en un colador de pastas, formando capas alternadas con sal gruesa. No exagerar el empleo de sal gruesa para evitar que queden muy saladas. El colador de pasta se debe colocar sobre un recipiente para que en él caiga el líquido amargo de las berenjenas. Reservar las berenjenas tres o cuatro horas aproximadamente, hasta que despidan el líquido amargo. Quitar la sal gruesa a las rodajas de berenjenas. Hervir el vinagre con el agua, ir agregando las berenjenas poco a poco y dejarlas cocinar durante 1 minuto, aproximadamente, hasta que estén

tiernas en el centro pero permanezcan firmes. Retirar las berenjenas, escurrirlas bien y colocarlas en una bandeja. Cortar los dientes de ajo en láminas y reservar. Colocar las berenjenas dentro de un recipiente de cristal ( un frasco por ejemplo) alternando con el ajo, el orégano, el laurel, y la pimienta. Añadir el aceite cubriendo por completo las berenjenas. Tapar el recipiente y guardar en la nevera dejando macerar el mayor tiempo posible antes de consumir (mínimo una semana y lo ideal un mes). Servir acompañando carnes asadas, a la plancha, o como entrante con rodajitas de pan o tostadas, o en bocadillos.