

## Ventaglio di chayote e pomodori secchi

Un piatto che si può preparare in anticipo e infornare più tardi, aggiungendo per esempio delle patate cotte (nella foto, patate blu).

10-15 pomodori secchi  
1 chayote, ev. spellato

Coprire a filo d'acqua bollente e lasciar riprendere per 20 minuti.  
Dividere a metà per il lungo e tagliare a ventaglio mantenendolo intero dalla parte più fine; appoggiarlo in una pirofila; tagliare i pomodori a fette e infilarli tra i raggi del ventaglio.

100 ml di vino bianco  
L'acqua di ammollo dei pomodori  
2 C di olio d'oliva  
1 spicchio di aglio schiacciato  
1 C di timo e rosmarino misti  
1 c di olive snocciolate  
1 C di capperi dissalati

Mescolare tutto e versare sopra al ventaglio di chayote; cuocere in forno a 180°C per circa 30 minuti.

## Chayote con ceci germogliati

Questa pietanza si abbina perfettamente a una fetta di polenta arrostita.

Il modo più semplice di preparare il chayote è cuocerlo in una salsa, che può anche essere un curry o uno stufato di fagioli neri.

1 cipolla tagliata a dadini  
½ carota tagliata a dadini  
1 costa di sedano tagliata a dadini  
1 C di olio d'oliva

Versare in una padella calda e rosolare la verdura su fuoco medio per diversi minuti.

100 g di pomodoro a cubetti  
1 c di brodo vegetale  
Poco timo, pimento e peperoncino  
1 chayote

Aggiungere e portare a bollore.  
Spellare se la pelle è troppo dura; tagliare a fette regolari e cuocere nella salsa a pentola coperta per circa 10 minuti.

2 manciate di ceci germogliati

Sciacquare sotto acqua corrente e aggiungere allo stufato; coprire e cuocere ancora 5-7 minuti.

