

Plantain and Eggplant Hash (Boronía)

Serves 6

Ingredients

- 2 ripe plantains, peeled and cut into 8 pieces each (approx. 460 gram after peeling)
- 4 eggplants, peeled and chopped into chunks (approx. 600 g after peeling)
- 1 teaspoon salt

Tomato-Onion Sauce

- 3 tablespoons olive oil
- 3 scallions, chopped finely
- 2 cloves of garlic, chopped finely
- 1 teaspoon cumin powder
- 6 ripe tomatoes, grated
- salt and pepper

Directions

1. Place pieces of plantain in a pot with water, bring to a boil, turn low and let cook until soft (10-15 minutes). At the same time, cook the chunks of eggplant in water and salt until soft (15 minutes).
2. In the meantime, prepare the tomato-onion sauce:
3. In a medium-sized pan, cook onion and garlic on a low heat in oil until soft (5 minutes). Add cumin and cook for an additional 2 minutes until fragrant. Add grated tomatoes, salt and pepper to taste, and let simmer for about 20 minutes, until the sauce has a darker red color and lost some of its liquid.
4. Check if the eggplant and plantain are cooked, drain and mash with a fork. The mash shouldn't be completely smooth. Adjust seasoning of the tomato-onion sauce if necessary. Add half of the sauce to the mashed vegetables and mix well. Taste and adjust seasoning. Serve while warm with a teaspoon of tomato-onion sauce on top. Enjoy!

Courtesy of vecinavegetariana.com

Recipe Tip

The ratio plantain-eggplant is important. Adding too much plantain will make the mash overly sweet. You want about 1/4-1/3 more eggplant in comparison to plantain.

Boronía (Puré de Plátano Maduro y Berenjena)

6 porciones

Ingredientes

- 2 plátanos maduros, pelados y cortados en 8 piezas cada uno (aprox. 460 gramos después de pelar)
- 4 berenjenas, peladas y picadas en trozos (aprox. 600 g después de pelar)
- 1 cucharadita sal

Hogao (salsa de tomate y cebolla larga)

- 3 cucharadas aceite de oliva
- 3 cebollas largas, picadas
- 2 dientes de ajo, picados finamente
- 1 cucharadita comino en polvo
- 6 tomates maduros, rallados
- sal y pimienta

Instrucciones

1. Coloca los trozos de plátano en una olla con agua, calienta hasta que hierva, baja el fuego y deja cocinar hasta que estén suaves (10-15 minutos). Al mismo tiempo, cocina los trozos de berenjena en agua y sal hasta que estén tiernos (15 minutos)
2. Mientras tanto, prepara la salsa de tomate y cebolla larga:
3. En una sartén mediana, cocina la cebolla larga picada y el ajo picado a fuego lento en aceite hasta que estén suaves (5 minutos). Agrega el comino y cocina por 2 minutos adicionales hasta que esté fragante.
4. Agrega los tomates rallados, sal y pimienta al gusto, y deja cocinar a fuego lento durante unos 20 minutos, hasta que la salsa tenga un color rojo más oscuro y ha perdido parte de su líquido
5. Verifica si la berenjena y el plátano maduro están cocidos, escúrrelos y tritúralos con un tenedor. El puré no debe ser completamente suave. Ajusta el condimento de la salsa de tomate y cebolla si es necesario. Agrega la mitad de la salsa al puré de verduras y mezcla bien. Prueba y ajusta la sazón. Sirve mientras está caliente, con una cucharadita del hogao encima. ¡Buen provecho!

Consejos y trucos

La proporción plátano-berenjena es importante. Agregar demasiado plátano maduro hará que el puré sea demasiado dulce. Deseas aproximadamente 1/4-1/3 más de berenjena en comparación con el plátano maduro.