

Caponatina siciliana

Kategorie: Vorspeise, kalt

Rezept Nr.: 329

Portionen: 6

Zutaten	Mengen	Bemerkungen
Auberginen	1 kg	kleine
Staudensellerie	300 Gramm	
Tomaten	400 Gramm	
Tomatenmark	1 EL	
Oliven	10 Gramm	grün in Lake
Kapern	50 Gramm	in Salz eingelegt
Pinienkerne	1 EL	
Weinessig	0,25 Liter	eher zuviel, vorsichtig dosieren
Zucker	1 EL	
Zwiebel	1 Stück	groß
Olivöl	0	
Basilikumblätter	12 Stück	

Zubereitung

1. Die Auberginen putzen und in Würfel schneiden, nicht schälen. In einer Schüssel mit Salz vermengen, mit einem Teller und einem Gewicht beschweren und 1 Std. ziehen lassen. Dann das (bittere) Wasser abgießen und mit einem Küchentuch (oder Papier) trockentupfen.

2. Den Staudensellerie gut waschen und die Stiele quer in 1/2cm dicke Scheiben schneiden, am Besten aus dem Herzstück.

3. Die Tomaten in heißes Wasser geben, abziehen, entkernen und in kleine Stücke schneiden. Die Zwiebel schälen und in grobe Stücke schneiden.

4. Die Oliven in kleinschneiden. Die (in Salz eingelegten) Kapern gut wässern, aus Essiglake nur einmal abspülen. Zusammen mit den Pinienkernen in eine passende Schüssel geben.

5. In einem ausreichend großen Topf die Zwiebelstücke (evtl. etwas Knoblauch) in Olivenöl anschwitzen und die Tomaten zugeben. Bei offenem Topf und mittlerem Feuer ca. 10 Minuten dünsten. Dann den Sellerie zugeben, umrühren und zugedeckt ca. 15 Minuten dünsten (der Sellerie soll noch Biß haben). Dann herunterstellen und die Kapern, Pinienkernmischung zugeben. Den Zucker und den Essig zugeben und gut verrühren. Vorsicht: Essig ist wichtig bei diesem Gericht. Man sollte jedoch in Abhängigkeit des verwendeten Essigs und des eigenen Geschmacks probieren wieviel Essig wirklich nötig ist.

6. Die abgetrockneten Auberginenstücke in einer Pfanne mit Olivenöl goldbraun braten, auf einem Küchentuch abtropfen lassen und dann zu dem Rest geben und gut vermischen. Pfeffer evtl. salzen. Vor dem Servieren die gehackten Basilikumblätter untermischen.

7. Die Caponatina wird lauwarm serviert, als Vorspeise, Beilage, aber auch als Hauptgericht.

8. Varianten:

In manchen Zubereitungen werden auch Peperoni und Karotten verwendet. Klingt dann aber mehr nach der "großen" Caponata (siehe dort). Statt Basilikum kann man auch Minze verwenden.



Notizen
