Rezept

Caponata "Roscioli"

Ein Rezept von Caponata "Roscioli", am 28.04.2024

Zutaten

50-75 ml	Olivenöl
500 g	Auberginen
2 Stangen	Staudensellerie
2	Knoblauchzehen
4	Anchovisfilets
40 g	Pinienkerne
2 TL	Zucker
	frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
250 g	Burrata (italienischer Frischkäse) nach Belieben, ersatzweise Büffelmozzarella)
300 g	gelbe oder rote Kirschtomaten
1	rote oder gelbe Paprikaschote
1	große rote Zwiebel
40 g	schwarze Oliven (ohne Stein)
60 g	Sultaninen
3-4 EL	guter Aceto balsamico
	Meersalz
3-4 Stängel	Basilikum

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN (ALS VORSPEISE) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 575 kcal

Zubereitung

1. Den Backofen auf 200° vorheizen. Eine große Auflaufform mit etwas Olivenöl einpinseln. Die Kirschtomaten waschen, halbieren und mit den Schnittflächen nach oben in die Form setzen. Im Ofen (Mitte) rösten, bis die Tomaten zu schrumpeln beginnen und die ersten dunklen Flecken bekommen (das ist nach 15 - 20 Min. der Fall). Aus dem Ofen nehmen.

2. Inzwischen das restliche Gemüse waschen und putzen. Die Auberginen in 2 cm große Würfel, die Paprikaschote in 1 cm große Würfel schneiden.Selleriestangen längs halbieren, dann in dünne Scheiben schneiden. Die Zwiebel schälen und in dünne Spalten schneiden. Knoblauch schälen und fein hacken. Oliven in dünne Ringe schneiden, Anchovisfilets fein hacken.

3. Eine große Pfanne mit hohem Rand erhitzen. Auberginenwürfel hineingeben, sofort gleichmäßig mit 3 - 4 EL Olivenöl beträufeln, gründlich durchmengen und bei starker Hitze ca. 5 Min. scharf anbraten (die Würfel sollen etwas Farbe annehmen). Paprikaschote, Sellerie und Zwiebel dazugeben und alles weitere 5 Min. bei mittlerer Hitze braten. Knoblauch, Oliven und Anchovis, Sultaninen und Pinienkerne untermischen und noch mal 5 Min. bei geringer Hitze sanft schmoren lassen, dabei ab und zu umrühren.

4. Das Gemüse mit 2 - 3 EL Wasser und dem Aceto balsamico ablöschen. Die Ofentomaten vorsichtig unterrühren und die Caponata mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Basilikumblättchen von den Stängeln zupfen, grob hacken und unter die Caponata mischen. Warm oder ab gekühlt pur oder mit der Burrata anrichten.