

Caponata – Original italienisch

Rezept von Fiammetta Miani

Zutaten:

2 Auberginen (Eierfrucht)
3 Paprikaschoten (rot, gelb, orange)
 $\frac{1}{2}$ Flasche Tomatenpüree
 $\frac{1}{2}$ Zwiebel
2 Stauden Sellerie
10/15 grüne Oliven
Salz
Öl zum Anbraten.
(Essig und Zucker nach Geschmack)

Zubereitung:

Die Auberginen schälen und würfeln. Die Paprikaschoten in kleine Stücke schneiden (Kerne entfernen), Zwiebel fein schneiden, Sellerie und Oliven klein schneiden. Die Auberginen in einer Pfanne mit genügend Öl anbraten, danach die Paprikaschoten. Öl nicht ganz wegwerfen, ein wenig behalten. In der selben Pfanne zuerst Zwiebel dünsten, dann Sellerie und Oliven begeben, mit ein bisschen Wasser löschen. Bei schwacher Hitze garen, bis der Sellerie fast weich wird. Tomatenpüree begeben und kurz kochen lassen. Salzen (und pfeffern nach Geschmack). Ich ergänze das Gemüse mit ein Paar Schuss Apfelessig und ein TL Zucker. Eine Nacht ziehen lassen und am nächsten Tag genießen. Ist ein Sommergericht, wobei es lauwarm auch im Winter gut schmeckt.

Eignet sich auch zum Einmachen, dann muss man aber die gefüllten Gläser 15 bis 20 Minuten sterilisieren.

Dieses Gericht kann man als Beilage zu Fleisch oder auf geröstete Brotscheiben (Bruschetta) als Antipasto oder zum Abendsbüffet servieren.

Anmerkung Gisela: Das hört sich perfekt zur Verwendung mit dem Würfelschneider an ☐