

Hagen Gnote

REZEPTHEFT
Nr. 54

Hagen Gnote

Das Beste fürs Kochen und Genießen

Sizilianische Küche



AUBERGINEN-RÖLLCHEN „INVOLTINI DI MELANZANE ALLA SICILIANA“

Zutaten für 4 Personen

Béchamel-Füllung

50 g Butter
50 g Mehl
½ l Milch
Salz
4 EL Parmesan, frisch gerieben

Sizilianische Tomatensauce

1 kg reife Sommertomaten (ersatzweise passierte San Marzano Tomaten)
1 Schalotte
2 EL Olivenöl extra vergine
1 TL Zucker
Salz, Pfeffer
Saft ½ Zitrone

Auberginen

3 Auberginen
Olivenöl extra vergine

Ausserdem

3 EL Parmesan, frisch gerieben
1 Bund Basilikum

Zubereitung

Béchamel-Füllung

1 Butter bei mittlerer Hitze schmelzen und mit dem Schneebesen das Mehl einrühren. Unter ständigem Rühren die erwärmte Milch zufügen, bis eine homogene Sauce entstanden ist. Vom Herd nehmen, mit Salz würzen, den Parmesan einrühren und erkalten lassen.

Sizilianische Tomatensauce

1 Tomaten von den Stängelansätzen befreien und mit 300 ml Wasser etwa 10 Minuten kochen, bis sie ganz weich sind. In einem Seiher gut abtropfen lassen. Im Mixer pürieren und durch ein Sieb passieren, um Kerne und Hautreste zu entfernen.
2 Schalotte pellen, fein hacken und in Olivenöl ohne zu bräunen glasig andünsten. Passierte Tomaten zufügen und mit Zucker, Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen. Auf kleiner Flamme so lange einkochen, bis eine pastöse, cremige Sauce entstanden ist.

Auberginen

1 Auberginen waschen, Stängelansätze entfernen und der Länge nach in 5 mm dünne Scheiben schneiden. Die Scheiben in einer Schüssel kräftig einsalzen, mit Wasser knapp bedecken und eine halbe Stunde ziehen lassen. So werden Bitterstoffe entzogen und die Auberginen nehmen beim anschliessenden Frittieren weniger Öl auf.
2 Auberginen abtropfen lassen und mit einem Küchentuch gut trocken. In einer Pfanne in reichlich Olivenöl portionsweise frittieren. Dabei sollen die Scheiben nebeneinander und nicht übereinander liegen. So lange frittieren, bis die Scheiben beidseitig schön gebräunt sind. In einem Seiher gut abtropfen lassen.

Fertigstellen und Anrichten

Auf das Ende jeder Auberginenscheibe 1-2 TL Béchamel-Füllung geben, aufrollen und dicht an dicht in eine ofenfeste Form setzen. Mit Tomatensauce überziehen und Parmesan darüber streuen. Im vorgeheizten Ofen bei 200 °C 20 Minuten backen. Auf Teller verteilen, mit Basilikum garnieren und warm oder auf Raumtemperatur abgekühlt servieren.



MIT DIESEN PRODUKTEN GELINGT DAS REZEPT. [EINFACH KLICKEN UND DIREKT BESTELLEN:](#)

Rohmilch-Parmesan

ca. 500 g
Nr. 148U03
Fr. 56,94
(109,50 CHF/kg)



Passierte San-Marzano-Tomaten

Absolut natürlich
Nr. 286D03
Fr. 29,95
(13,87 CHF/l)



Olivenöl Ravidà

„Selezione Speciale“
0,75 l
Nr. 480L01
49,95 €
(€ 63,93/l)



GEFLÜGELBRUST MIT THUNFISCHSAUCE „POLLO TONNATO ALLA SICILIANA“

Zutaten für 4 Personen

Hähnchenbrust

600 g Hähnchenbrust
Salz, Pfeffer
3 EL Olivenöl extra vergine

Thunfischsauce

2 Eier, Grösse M
150 g weisser Angel-Thunfisch
(aus dem Glas)
3 Sardellenfilets
75 ml Olivenöl extra vergine
75 ml neutrales Pflanzenöl
1 TL Dijonsenf
3 EL Kapern
2 EL Zitronensaft
Geflügelfond
Salz, Pfeffer

Ausserdem

gemischte Salatblättchen
2 El Olivenöl extra vergine
1 El Zitronensaft
Salz, Pfeffer
Kapern

Zubereitung

Hähnchenbrust

1 Hähnchenbrust von Haut, Fett und Sehnen befreien, waschen und trockentupfen. Mit Salz und Pfeffer gewürzt in wenig Olivenöl ringsherum hellbraun anbraten. Im vorgeheizten Backofen bei 100 °C in 30 Minuten garziehen lassen.

Thunfischsauce

1 Die Eier exakt 6 Minuten kochen. Gründlich kalt abschrecken und pellen.
2 Thunfisch und Sardellenfilets gut abtropfen lassen und mit den Eiern im Mixer pürieren. Oliven- und Pflanzenöl, Dijonsenf, Kapern und Zitronensaft zufügen.
3 Bei laufendem Mixer so viel Geflügelfond zugeben, bis eine cremige Sauce entsteht. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Fertigstellen und Anrichten

Thunfischsauce auf Teller geben. Gewaschene, getrocknete Salatblättchen mit Olivenöl, Zitronensaft, Salz und Pfeffer angemacht darauf verteilen. Abgekühlte Geflügelbrüschchen in feine Scheiben aufschneiden und leicht salzen. Dekorativ überlappend in der Tellermitte anrichten und mit Kapern garnieren.



MIT DIESEN PRODUKTEN GELINGT DAS REZEPT. EINFACH KLICKEN UND DIREKT BESTELLEN:

Seltener weisser Angelthunfisch

Kulinarische Rarität,
2 Gläser à 227 g
Nr. 627Q02
Fr. 32,95
(72,58 CHF/kg)



Hagen Grote Hühnerfond

3 Gläser à 200 ml
Nr. 05H05
Fr. 15,95
(26,58 CHF/l)



Eierkocher

Gebürsteter Edelstahl-Korpus
Nr. 056F02S
Fr. 47,95



GRATINIERTE MUSCHELN „COZZE GRATINATE ALLA SICILIANA“

Zutaten für 4 Personen

4 Knoblauchzehen
Olivenöl extra vergine
250 ml Weisswein
2 Lorbeerblätter
½ TL schwarzer Pfeffer
2 kg Mittelmeer-Miesmuscheln
4 reife Tomaten
1 Bio-Zitrone
5 EL geriebenes altbackenes italienisches Weissbrot oder Panko (japanisches Paniermehl)
5 EL Pecorino, frisch gerieben
1 Bund glatte Petersilie

Zubereitung

1 2 Knoblauchzehen schälen, in feine Scheiben schneiden und mit 2 EL Olivenöl, Wein, Lorbeerblättern und Pfeffer in einem Topf aufkochen.
2 Die gewaschenen, abgetropften Muscheln zufügen. Auf grosser Flamme 5 Minuten unter geschlossenem Deckel dämpfen. Dabei einige Male den ganzen Topf mit geschlossenem Deckel kräftig rütteln, damit sich die Muscheln gut öffnen. Muscheln mit einem Seihlöffel aus dem Topf heben und die oberen Schalenhälften entfernen. Geschlossene Muscheln entsorgen.
3 Stängelansätze der Tomate herausschneiden und auf der gegenüberliegenden Seite kreuzweise einschneiden. In kochendem Wasser nacheinander jede Tomate einzeln 15 Sekunden blanchieren. Haut abziehen, vierteln und entkernen. Tomatenviertel in feine Würfelchen schneiden und in einem Sieb gut abtropfen lassen.
4 Schale der Bio-Zitrone abreiben. Mit Tomatenwürfeln, geriebenem Weissbrot, den fein gehackten, übrigen 2 Knoblauchzehen, geriebenem Pecorino und fein gehackter Petersilie mischen. Die Mischung auf die Muschelhälften verteilen und Olivenöl darüberträufeln. Im vorgeheizten Backofen bei 200 °C mit zugeschaltetem Grill überbacken, bis eine schön gebräunte Kruste entsteht.

Fertigstellen und Anrichten

Überbackene Muscheln mit dem Saft der ausgepressten Zitrone beträufeln und heiss servieren.

MIT DIESEN PRODUKTEN GELINGT DAS REZEPT. EINFACH KLICKEN UND DIREKT BESTELLEN:

Weisswein CA'N VEY

1 Flasche à 0,75 l, 12,5% Vol.
Nr. 500D09
Fr. 79,95
(17,77 CHF/l)



Olivenöl Ravidà

„Selezione Speciale“
0,75 l
Nr. 480L01
49,95 €
(€ 63,93/l)



Feinreibe

Langlebige,
messerscharfe
Reiben
Nr. 329F03
Fr. 59,95



SIZILIANISCHE „PASTA ALLA NORMA“

Zutaten für 4 Personen

2 Auberginen
Olivenöl extra vergine
Salz, Pfeffer
1 Schalotte
2 Knoblauchzehen
500 g Tomaten (ersatzweise
400 g San Marzano Tomaten aus
der Dose)
3 Lorbeerblätter
1 TL Zucker
100 ml Weisswein
1 Zitrone
1 EL Tomatenmark
1 Bund Basilikum

Ausserdem

350 g Maccheroni (ersatzweise
Penne Rigate, keinesfalls lange
Nudeln)
200 g Ricotta Salata, gesalzener
fester Ricotta Schafskäse (er-
satzweise Pecorino Romano aus
Schafsmilch)

Zubereitung

1 Auberginen vom Stängelansatz befreien. Mit dem Messer oder auf der Schneidemaschine in maximal 4 mm dünne Scheiben schneiden. In der Fritteuse oder portionsweise in der Pfanne in reichlich Olivenöl nebeneinander (nicht übereinander) liegend knusprig goldbraun frittieren. Auf Küchenpapier entfetten, salzen, pfeffern und warmhalten.
2 Schalotte fein gewürfelt, Knoblauchzehen in dünne Scheiben geschnitten in Olivenöl glasig dünsten. Tomaten vom Stängelansatz befreien, kleinschneiden und mit Lorbeerblättern, Zucker und Weisswein hinzufügen. Etwa 15 Minuten einkochen.
3 Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen. Lorbeerblätter entfernen und mit dem Mixstab pürieren. Tomatenmark einrühren und nochmals kurz aufkochen, so dass die Sauce eindickt. Die Hälfte der Basilikumblättchen mit der Sauce mischen.

Fertigstellen und Anrichten

Maccheroni in Salzwasser al dente garkochen, in einem Sieber kurz abtropfen lassen und sofort mit der Sauce mischen. Portionsweise auf vorgewärmte Teller geben. Frittierte Auberginenscheiben darauf verteilen. Grob geraspelt Ricotta Salata darüberstreuen und mit den restlichen Basilikumblättchen garnieren.



MIT DIESEN PRODUKTEN GELINGT DAS REZEP. EINFACH KLICKEN UND DIREKT BESTELLEN:

San Marzano Tomaten

Neapolitanische Rarität
6 x 400g
Nr. 086L07
Fr. 23,95
(15,35 CHF/kg)



Mini-Fritteuse

Ideal für 2-3 Portionen
Nr. 228Z01
Fr. 74,95



Vario-Pürierstab

5 Geschwindig-
keitsstufen
Nr. 386G01S
Fr. 99,95



ORANGEN-FENCHEL-SALAT „INSALATA DI ARANCE E FINOCCHI“

Zutaten für 4 Personen

3 Orangen
3 EL Olivenöl extra vergine
Salz, Pfeffer
2 Fenchel
1 Zwiebel
2 EL Pinienkerne

Ausserdem

8 Sardellenfilets 16 schwarze
Oliven, getrocknet mit Stein
(kein schwarz gefärbt in Lake)
1 Bund Minze

Zubereitung

- 1 Den Saft einer Orange auspressen. Mit Olivenöl, Salz und Pfeffer zu einer Vinaigrette verrühren.
- 2 Von den übrigen beiden Orangen je oben und unten eine Kappe abschneiden. Die seitlichen Schalen mit der bitteren weissen Innenhaut und die äussere Membranhaut der Filets vollständig abschälen. Orangenfilets einzeln mit dem Messer aus den Trennhäutchen lösen.
- 3 Fenchelknollen putzen. Das Fenchelkraut waschen, trocken, fein hacken und in die Vinaigrette geben. Fenchelknollen halbieren und den Strunk keilförmig herausschneiden. Auf der Mandoline oder einem Küchenhobel sehr fein hobeln.
- 4 Die Zwiebel schälen, halbieren, in feine Stifte schneiden und mit dem Fenchel mischen.
- 5 Pinienkerne in einer beschichteten Pfanne ohne Fett leicht braun anrösten.

Fertigstellen und Anrichten

Fenchel-Zwiebel-Mischung auf 4 Teller verteilen und die Sardellenfilets zufügen. Orangenfilets sternförmig darauf anordnen und die Oliven in die Mitte geben. Mit Vinaigrette beträufeln, Pinienkerne darüber streuen und mit Minzblättchen garnieren.

MIT DIESEN PRODUKTEN GELINGT DAS REZEPT. EINFACH KLICKEN UND DIREKT BESTELLEN:

Oliven Delikatesse

Naturschwarz,
ungefärbt,
hocharomatisch
2 Stück
Nr. 441U31
Fr. 15,95
(35,44 CHF/kg)



Olivenöl Ravidà
„Selezione Speciale“
0,75 l
Nr. 480L01
49,95 €
(€ 63,93/l)



Prof-Mandoline

Für Scheiben, Stifte, Würfel und
Rauten
Nr. 010L02
Fr. 89,95



AUBERGINEN-GRATIN „PARMIGIANA DI MELANZANE“

Zutaten für 4 Personen

Auberginen

3 Auberginen
Salz
Olivenöl extra vergine

Tomatensauce

1 Schalotte
2 Knoblauchzehen
1 TL Zucker
2 Lorbeerblätter
2 EL Olivenöl extra vergine
1 kg reife Sommertomaten
(ersatzweise passierte San
Marzano Tomaten)
100 ml Weisswein
Salz, Pfeffer
1 TL Oregano
Saft ½ Zitrone

Ausserdem

200 g Parmesan, frisch gerieben
200 g Mozzarella, fein gewürfelt
1 Bund Basilikum

Zubereitung

Auberginen

1 Auberginen waschen, vom Stängelansatz befreien und in 2 cm dicke Scheiben schneiden. Ringsherum kräftig mit Salz bestreuen und eine halbe Stunde ruhen lassen, um die Bitterstoffe zu entziehen. Waschen, abtropfen und mit einem Küchentuch trocknen.
2 Beidseitig mit Olivenöl einpinseln. Auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech im vorgeheizten Ofen bei 220 °C 20 Minuten backen, nach 10 Minuten wenden.

Tomatensauce

1 Schalotte und Knoblauchzehen pellen und fein hacken. Mit Zucker und Lorbeerblättern in Olivenöl ohne zu bräunen glasig andünsten.
2 Tomaten von Stängelansätzen befreien, klein schneiden und mit dem Weisswein zu den Zwiebeln geben. Etwa 10 Minuten kochen, bis die Tomaten ganz zerfallen sind. Mit Salz, Pfeffer, Oregano und Zitronensaft würzen. Lorbeerblätter entfernen und fein pürieren.

Fertigstellen und Anrichten

Eine ofenfeste Auflaufform mit einer Lage Auberginen auslegen. Etwas Tomatensauce darüber geben und mit Parmesan sowie Mozzarellawürfeln bestreuen. So mehrere Lagen übereinanderschichten. Mit Tomatensauce, Parmesan und Mozzarella abschliessen. Im vorgeheizten Ofen bei 200 °C 25 Minuten backen. In Portionen geteilt auf Teller setzen, mit Basilikum Blättchen garnieren und warm oder auf Zimmertemperatur abgekühlt servieren.

MIT DIESEN PRODUKTEN GELINGT DAS REZEPT. EINFACH KLICKEN UND DIREKT BESTELLEN:

BIO Lorbeerblätter

5 g
Nr. 342X20
Fr. 11,95
(239 CHF/100 g)



Passierte San-Marzano-Tomaten

Absolut natürlich
Nr. 286D03
Fr. 29,95
(13,87 CHF/l)



Weisswein CA'N VEY

Flasche à 0,75 l,
12,5% Vol.
Nr. 500D09
Fr. 79,95
(17,77 CHF/l)



MANDELGEBÄCK „PASTE DI MANDORLA“

Zutaten für 25 Stück

1 Bio-Zitrone
250 g gemahlene Mandeln
2 Bittermandeln, gemahlen
(alternativ 2 Topfen Bittermandel-
delaroma)
150 g Zucker
2 Eiweiss
1 TL Honig
120 g Puderzucker zum Wälzen

Zubereitung

1 Schale der Bio-Zitrone ohne die bittere, weisse Unterhaut abreiben und 2 EL Saft auspressen. Beides mit den gemahlene Mandeln und Bittermandeln, Zucker, Eiweiss und Honig im Mixer zu einer festen, etwas klebrigen Masse vermengen. Zugedeckt im Kühlschrank 30 Minuten ruhen lassen.
2 Puderzucker in eine Schale sieben. Aus dem Mandelteig walnussgrosse Stücke (20 g) abstechen, zu Kugeln formen und im Puderzucker wälzen. Die Kugeln auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech setzen. Zwischen Daumen, Zeige- und Mittelfinger jede Kugel von oben zur typischen Dreiecksform zusammendrücken.
3 Im vorgeheizten Ofen bei 170 °C 10–12 Minuten backen. Sie dürfen nur ganz leicht Farbe bekommen. Sofort aus dem Ofen nehmen und auf ein Auskühlgitter setzen, da sie sonst schnell zu fest werden. Luftdicht aufbewahren.



MIT DIESEN PRODUKTEN GELINGT DAS REZEPT. EINFACH KLICKEN UND DIREKT BESTELLEN:

Multifunktions-Mixer
Zerkleinert harte
Lebensmittel und Eis
Nr. 041T04S
Fr. 179,95



Passiersieb
Rutschfeste Noppen
Nr. 108Z02
ab Fr. 26,95



Feinreibe
Langlebige,
messerscharfe
Reiben
Nr. 329F03
Fr. 59,95



LAMMKOTELETTE MIT PISTAZIENKRUSTE „COSTOLETTE DI AGNELLO AL PISTACCHIO“

Zutaten für 4 Personen

Lammkoteletts

8 Lammkoteletts
Salz, Pfeffer
2 Knoblauchzehen
1 Zweig Rosmarin
3 Zweige Thymian
100 g Pistazien, geschält
3 EL altbackene Weissbrotbrösel,
fein gerieben
80 g Pecorino Romano, frisch
gerieben
2 Eier
3 EL Olivenöl extra vergine

Romanesco

1 Kopf Romanesco
4 EL Kapern
60 ml Gemüsefond
1 EL Zitronensaft
2 EL Olivenöl extra vergine
2 Knoblauchzehen
Salz, Pfeffer

Ausserdem

Pecorino Romano, frisch
gerieben
Petersilienblättchen

Zubereitung

Lammkoteletts

1 Fleisch aus dem Kühlschrank nehmen, waschen und trocknen. Die Knochen der Lammkoteletts bis zum Fleischansatz mit einem Messer gut säubern und den Fettrand entfernen. Koteletts mit Salz und Pfeffer würzen. Zugedeckt auf Raumtemperatur erwärmen lassen.
2 Knoblauchzehen schälen und sehr fein würfeln. Rosmarin und Thymian staubfein, die Pistazien grob hacken. Alles mit geriebenem Weissbrot und Parmesan zu einer Panade mischen. Lammkoteletts in verrührtem Ei wenden, panieren und die Panade leicht andrücken.
3 Lammkoteletts in Olivenöl auf jeder Seite 3–4 Minuten braten.

Romanesco

1 Romanesco in Röschen teilen und in kochendem Salzwasser (10 g Salz/Liter) al dente blanchieren oder im Dampf bissfest garen. Gut abtropfen lassen und in einem Küchentuch trocknen.
2 Kapern, Gemüsefond, Zitronensaft, Olivenöl und fein gehackte Knoblauchzehen mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Romanesco Röschen darin wenden und warmhalten.

Fertigstellen und Anrichten

Jeweils zwei Lammkoteletts mit gekreuzten Rippchen auf vorgewärmte Teller setzen. Romanesco zufügen, mit Pecorino Romano bestreuen und mit Petersilienblättchen garnieren.



MIT DIESEN PRODUKTEN GELINGT DAS REZEPT. EINFACH KLICKEN UND DIREKT BESTELLEN:

Olivenöl Ravidà

„Selezione Speciale“
0,75 l
Nr. 480L01
49,95 €
(€ 63,93/l)



Hagen Grote Gemüsefond

3 Gläser à 200 ml
Nr. 15U01
Fr. 15,95
(26,58 CHF/l)



Panierschalen Set

Platzsparend ineinander stapelbar
3-teilig
Nr. 063U19
Fr. 37,95



DORADE AUF PISTAZIEN-RISOTTO „RISOTTO AL PISTACCHI E ORATA“

Zutaten für 4 Personen

Pistazien-Risotto

1 Schalotte
2 Knoblauchzehen
3 EL Olivenöl extra vergine
250 g Risottoreis (Vialone Nano oder Arborio)
100 ml Weisswein
750 ml Geflügelfond
1 Bio-Orange
2 TL Fenchelsamen
½ Vanilleschote, aufgeschnitten
½ TL getrocknet Lavendelblüten
Salz, Pfeffer
2 EL Butter
80 g Pistazien, grob gehackt

Dorade

2 Doraden aus Wildfang je ca. 500-600 g
(oder 4 Doraden Filets mit Haut, jeweils ca. 140 g)
Salz, Pfeffer
Mehl
3 EL Olivenöl
1 TL abgeriebene Orangenschale
1 EL Butter

Ausserdem

Pistazien-Öl
Pistazien
Lavendelblüten

Zubereitung

Pistazien-Risotto

1 Schalotte und Knoblauch pellen, Schalotte in feine Würfel, Knoblauch in dünne Scheiben schneiden. Beides in Olivenöl ohne zu bräunen andünsten. Risottoreis zufügen und unter Rühren glasig werden lassen. Mit Weisswein ablöschen. Sobald der Wein verdampft ist, heissen Geflügelfond zugeben.
2 Orangenschale ohne die bittere, weisse Unterhaut abschälen, Saft auspressen, Fenchelsamen im Mörser zerreiben. Alles mit der Vanilleschote und den Lavendelblüten nach 5 Minuten Kochzeit unter den Risotto heben.
3 Auf mittlerer Flamme insgesamt 18 Minuten kochen. Immer wieder umrühren, damit nichts ansetzt. Zum Ende der Kochzeit Orangenschale und Vanilleschote entfernen.
4 Risotto vom Herd nehmen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Butter in kleinen Stücken mit den grob gehackten Pistazien unterheben und 5 Minuten zugedeckt ruhen lassen. Der fertige Risotto soll eine cremig-flüssige Konsistenz haben. Falls er zu trocken wird, etwas Flüssigkeit zugeben.

Dorade

1 Doraden schuppen, ausnehmen, waschen, filetieren und trocknen. Die kleinen Gräten mit einer Grätenpinzette herausziehen oder v-förmig ausschneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen. Auf der Hautseite mit Mehl bestäuben, überschüssiges Mehl abklopfen.
2 Olivenöl mit einem Teelöffel abgeriebener Orangenschale in einer Pfanne erhitzen. Butter zufügen und aufschäumen lassen. Doradenfilets darin auf der Hautseite 4 Minuten braten. Pfanne vom Herd nehmen, Filets wenden und auf der Fleischseite 2 Minuten ziehen lassen.

Fertigstellen und Anrichten

Risotto auf vorgewärmte Teller verteilen und die Doradenfilets daraufsetzen. Pistazien-Öl darüber träufeln und mit einigen Pistazien und Lavendelblüten garnieren.



MIT DIESEN PRODUKTEN GELINGT DAS REZEPT. EINFACH KLICKEN UND DIREKT BESTELLEN:

Risottoreis

Vialone Nano 1 kg
Nr. 407P03
Fr. 12,95



Französisches Gourmet-

Pistazienöl
Edles, kalt
gepresstes
Pistazienöl
Nr. 320P03
Fr. 31,95
(127,80 CHF/l)



BIO Lavendelblüten

15 g
Nr. 342X19
Fr. 11,95
(796,67 CHF/kg)



„AUBERGINEN-CAPONATA“

Zutaten für 4 Personen

Caponata

2 Auberginen
4 Stangen Bleichsellerie
4 EL Olivenöl extra vergine
1 Gemüsezwiebel
4 Tomaten
3 Knoblauchzehen
2 EL Pinienkerne
2 EL Rosinen
1 EL Kapern
1 TL Zucker
4 EL Rotweinessig
Salz, Pfeffer

Vinaigrette

3 EL Olivenöl extra vergine
1 EL Zitronensaft
1 TL Zucker
Salz, Pfeffer

Ausserdem

Bunter Salatstrauss

Zubereitung

Caponata

- 1 Auberginen vom Stängelansatz befreien und in Würfel von 3 cm Kantenlänge teilen. Vom Bleichsellerie sorgfältig die Fäden abziehen und in 2 cm lange Stücke schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Auberginenwürfel und Selleriestücke darin andünsten.
- 2 Die Zwiebel in mittelgrosse Stücke schneiden und nach einigen Minuten mit in die Pfanne geben.
- 3 Tomaten vom Stielansatz befreien und auf der gegenüberliegenden Seite kreuzweise einritzen. In sprudelnd kochendem Wasser einzeln 10 Sekunden blanchieren. Tomaten anschliessend häuten, vierteln und entkernen. Das Fruchtfleisch quer in schmale Streifen teilen.
- 4 Knoblauch pellen und in feine Scheibchen schneiden. Sobald Auberginen, Sellerie und Zwiebel gar sind, Tomatenstreifen und Knoblauchscheibchen zufügen. Unter Schwenken 1 Minute dünsten, dann die Pfanne vom Feuer nehmen.
- 5 Pinienkerne in einer beschichteten Pfanne ohne Fett leicht anrösten. Mit Rosinen und Kapern zum Gemüse geben und alles vorsichtig mischen. Die Caponata mit Zucker, Rotweinessig, Salz und Pfeffer würzen.

Vinaigrette

- 1 Olivenöl mit Zitronensaft und Zucker zu einer Vinaigrette verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Fertigstellen und Anrichten

Caponata wird kalt (Raumtemperatur) oder lauwarm auf Tellern mit einem frischen bunten Salatstrauss angerichtet. Über jeden Salatstrauss ein Löffelchen Vinaigrette geben.



MIT DIESEN PRODUKTEN GELINGT DAS REZEPT. EINFACH KLICKEN UND DIREKT BESTELLEN:

Schälmesser

Gebogene Klinge, Gesamtlänge
15,5 cm, Klingenlänge 5,3 cm
Nr. 027L01
Fr. 13,95



Profi-Mandoline

Für Scheiben, Stifte, Würfel und
Rauten
Nr. 010L02
Fr. 89,95



Mehrschichtpfanne

Ofenfest bis 240 °C
Nr. 001T04397
Fr. 159,95



PROBIEREN SIE AUCH



Gemüseblatt-Lasagne mit
San Marzano Sauce



Blumenkohl-Frittata mit
San Marzano Sauce



Gelbe und grüne Zucchini-Bavette
mit San Marzano-Sauce



Spaghetti aglio e olio mit
Zucchini und Minze



Antipasti „Involtini di peperoni“



Seewolf auf Bohnen-
Meeresfrüchte-Ragout



Caccavelle alla siciliana ripiene di
tonno bianco



Zitronentarte



Safran-Zabaione mit Früchten

Noch mehr Rezeptideen finden Sie auf [hagengrote.ch](https://www.hagengrote.ch)