

Caponata siciliana mit gegrilltem Saibling

Für zwei Personen

Für die Caponata:

1 Aubergine	1 rote Paprika	1 gelbe Paprika
1 Tomate	1 rote Zwiebel	50 g Rosinen
2 EL Kapern im Salz	100 g schwarze Oliven	1 EL Zucker
1 EL Weißweinessig	75 g Pinienkerne	$\frac{1}{2}$ Bund Basilikum
40 ml Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für den Saibling:

2 Saiblingsfilets	3 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer
-------------------	---------------	---------------

Für die Caponata die Rosinen in heißem Wasser einweichen. Die Kapern fünf Minuten wässern. Aubergine fein würfeln. Paprika vierteln, von Kerngehäuse und Scheidewänden befreien und fein schneiden. Tomate waschen, von den Kernen befreien und ebenfalls fein schneiden. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Öl goldgelb rösten.

In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und die Aubergine darin circa drei Minuten kräftig anbraten. Paprika hinzufügen und kurz mitrösten. In einer weiteren Pfanne Zwiebeln und Tomaten aufsetzen und etwa acht Minuten dünsten.

Für den Fisch die Saiblingsfilets waschen, trockentupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Eine Grillpfanne stark erhitzen und den Fisch darin mit wenig Öl kross von beiden Seiten anbraten. Oliven entsteinen und mit Rosinen, Kapern, dem Gemüse und Zucker vermengen. Mit Essig, Salz und Pfeffer abschmecken. Basilikum abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und unterheben. Die Caponata siciliana mit gegrilltem Saibling auf Tellern anrichten und servieren.

Ingrid Mittica am 20. September 2016