

Involtini alla Siciliana mit Caponata-Gemüse

Für 4 Personen

Für die Involtini:

900 g Kalbsoberschale	40 g Rosinen	160 ml Marsala
7 EL Olivenöl	100g Paniermehl	0,5 Bund Petersilie
1 Zwiebel	1 Zehe Knoblauch	70 g Pecorino
100g Parmesan	50 g Pinienkerne	Salz Pfeffer
60 g Paniermehl	Olivenöl	

Für das Caponata Gemüse:

500 g Auberginen	1 TL Salz	2 weiße Zwiebeln
2 Stangen Staudensellerie	4 Tomaten	100 g Oliven ohne Kern
30 g Pinienkerne	5 EL Olivenöl	2 EL Kapern
1 Bund Basilikum	1 TL Zucker	6 EL Weißweinessig
30 g Rosinen	Pfeffer	

Für die Involtini:

Die Rosinen in Marsala einweichen. Das Olivenöl mit den Semmelbröseln leicht anrösten. Petersilie fein hacken, Zwiebeln und Knoblauch fein würfeln. Pecorino reiben und den Parmesan würfeln. Alle Zutaten zusammen mit den eingeweichten Rosinen vermengen.

Die Kalbsoberschale portionieren und plattieren. Von einer Seite würzen und die Masse dünn auf dem Fleisch verteilen. Die Scheiben zusammenrollen und mit einem Zahnstocher fixieren. Die Involtini in Paniermehl rollen und in heißem Öl braun anbraten und anschließend bei 200 °C Umluft für ca. 15 Min. fertig garen.

Für das Caponata Gemüse:

Für die Caponata die Auberginen waschen und in etwa 1 cm große Würfel schneiden. In eine Schüssel geben, mit Salz vermengen und stehen lassen.

Die Zwiebeln schälen und in feine Streifen schneiden. Staudensellerie waschen und in ca. 1 cm große Stücke schneiden. Die Tomaten mit kochendem Wasser überbrühen, abschrecken, häuten und klein würfeln. Die Oliven vierteln. Die Pinienkerne in einer beschichteten Pfanne rösten und abkühlen lassen.

Die Auberginen in einem Sieb mit kaltem Wasser abbrausen und gut trocken tupfen. In einem Topf 4 EL Olivenöl erhitzen. Die Auberginen darin bei mittlerer Hitze unter Rühren 8-10 Minuten garen und bräunen, herausheben und beiseite stellen.

Das restliche Öl in den Topf geben. Zwiebeln, Sellerie, Tomaten und Oliven darin 6-8 Minuten dünsten. Kapern und Auberginen unterheben. Basilikumblättchen klein zupfen und mit dem Zucker, 4 EL Weißweinessig, Rosinen und den gerösteten Pinienkernen untermischen.

Christian Henze am 06. März 2020