

CAPONATA DI MELANZANE (LILKOVÁ CAPONATA)



Sicilská specialita, která se stala klasickým pokrmem italské kuchyně. Existují různé obměny s dalšími surovinami, jako jsou papriky, mandle nebo chlebová střídka opečená na oleji. Pokrm můžete obohatit také rybou či mořskými plody. Zde najdete klasickou verzi. Servírujte vlažné či studené.

Příprava:

Nejprve nakrájejte lilek, osolte, aby pustil vodu a ztratil nahořklou chuť. Po 30 minutách lilek opláchněte pod tekoucí vodou, osušte a usmažte v dostatečném množství oleje. V další pánvi rozehejte trochu oleje a na nízkém žáru orestujte cibuli a řapíkatý celer. Když cibule zesklovatí, přidejte rajčata nakrájená na kostičky a dál vařte. Vypněte plotnu, přidejte kapary, olivy, piniové oříšky a rozinky, osolte a opepřete a nechte odpočívat. Dejte opět vařit, přidejte lilky a po pár minutách cukr, ocet a víno. Nechte 10 minut vařit dokud se nevypaří octová vůně, sundejte z plotny a přidejte listky bazalky. Dobře promíchejte a před podáváním nechte několik hodin odležet. Chutná skvěle i v následujících dnech.

Suroviny

800 g lilku
400 g oloupaných rajčat nebo
 čerstvých a lehce povařených rajčat
 200 g řapíkatého celeru
 nakrájeného na plátky
 2 nakrájené cibule
200 g kapary
250 g přepůlených černých oliv

100 ml octu z bílého vína
100 ml bílého vína
 40 g cukru
 2 lžíce piniových oříšků
 2 lžíce rozinek
extra panenský olivový olej
 lístky bazalky



PŘÍLOHA



ZELENINA



60' PŘÍPRAVA



60' VAŘENÍ



NÍZKÁ OBTÍŽNOST