Bijgerechten / Italië

Caponata

De agrodolce-ziel van een Siciliaanse zomer: aubergine gebakken tot een vlezige massa, gevouwen tot een glanzende kluwen van selderij, kappertjes en olijven, vervolgens gestoofd in tomaat en gelakt met een zoetzure azijnglazuur dat een dag dieper wordt voordat het ooit op tafel komt.

Tijd 1440 min **Personen** 4

Dit heb je nodig.

- ☐ 100 delen Globe-aubergine, in blokjes van 2 cm gesneden
- ☐ 30 delen Olijfolie (om te frituren)
- ☐ 25 delen Binnenste bleekselderijribben, in plakjes gesneden
- ☐ 25 delen Gele ui, in dunne plakjes gesneden
- ☐ 30 delen Geplette gepelde tomaten (of passata)
- ☐ 12 delen Groene olijven, ontpit en gescheurd
- ☐ 6 delen Gezouten kappertjes, gespoeld
- ☐ 8 delen Rode wijnazijn
- ☐ 5 delen suiker
- ☐ 4 delen Geroosterde pijnboompitten en gescheurde basilicum
- ☐ 2 delen Fijn zeezout

Zo maak je het.

01 Zout de auberginеblokjes lichtjes, laat ze 20 tot 30 minuten staan en dep ze vervolgens droog; dit trekt de bittere vloeistof naar buiten en zorgt ervoor dat ze de hele fles olie niet opdrinken. Verhit de olijfolie in een grote pan tot deze glinstert en bak de aubergines in porties op middelhoog vuur, al draaiend, tot elk blokje aan verschillende kanten goudbruin is en zacht in het midden. Til het op een rek of papier om uit te lekken. Door de pan te verdringen, worden de aubergines grijs en glad gestoomd – geef ze ruimte en geduld.

02 Kook in dezelfde pan met een laagje frituurolie de gesneden bleekselderij en ui op middelhoog vuur met een snufje zout tot ze zacht en doorschijnend maar niet bruin zijn, 8 tot 10 minuten. De selderij moet zijn rauwe knapperigheid verliezen en toch een beetje beet behouden; het is de structurele ruggengraat van caponata. Roer vaak en zet het vuur lager als er iets dreigt te verkleuren.

03 Voeg de geplette tomaten toe aan de gezwete groenten, samen met de gescheurde olijven en de afgespoelde kappertjes. Laat zachtjes sudderen, af en toe roerend, gedurende 10 tot 12 minuten totdat de tomaat zijn rauwe rand verliest, strakker wordt en verandert van helderrood in een diepere baksteen. Je wilt een dikke, glanzende bodem die de groenten net omhult, geen soepachtige saus; caponata moet op een lepel rusten en mag nooit plassen.

04 Roer de suiker en de azijn door elkaar tot de suiker is opgelost, giet het dan over de tomatenbasis en laat het een minuut lang hard borrelen, zodat de harde rand van de azijn kookt en de saus glanzend wordt – dit is de agrodolce, de zoetzure signatuur. Spatel de gebakken aubergine er voorzichtig door, zorg ervoor dat je hem niet plet, en verwarm alles gedurende 2 tot 3 minuten. Smaak en balans: het moet zoet, dan zuur en dan hartig zijn. Strooi van het vuur de pijnboompitten en de gescheurde basilicum erover. Cruciaal is dat je het minstens een paar uur laat rusten, bij voorkeur een hele nacht, en op kamertemperatuur serveert; caponata is de volgende dag altijd lekkerder.

Recept & herkomst ForkRecipe Kitchen / ForkRecipe / FoodML and contributors / CC BY-SA 4.0.
Oorspronkelijk recept en bronvermelding CC BY-SA 4.0
Nederlandse tekst automatisch vertaald; niet culinair nagekeken.
Porties zijn een richtwaarde; controleer de hoeveelheden in het bronrecept.
recipes.dvs-services.be / caponata