Caponata po żydowsku

DANIE Z BAKŁAŻANÓW I POMIDORÓW Z KAPARAMI I OLIWKAMI

Wprowadzenie

To rzymska wersja uwielbianego przez Sycylijczyków przysmaku. Danie przywiezione zostało do Wiecznego Miasta prawdopodobnie przez sefardyjskich Żydów uciekających z Hiszpanii właśnie przez Sycylię. W ten sposób Żydzi przemieszczając się, przyczynili się też do migracji przepisów i adaptacji wielu regionalnych potraw. Bazą caponaty zawsze są bakłażany, pomidory i oliwki, a całość w każdej wersji jest wyjątkowo smaczna zarówno na ciepło, jak i na zimno.

SKŁADNIKI (4 PORCJE)

- 2 bakłażany
- 100 ml oliwy
- 1 kg pomidorów
- 100 g zielonych oliwek
- 2 laski selera naciowego
- 3 łyżki octu z białych winogron
- 2 cebule
- 2 ząbki czosnku
- 2 pęczki natki
- oliwa z oliwek

Sposób przygotowania

- **Krok 1**
  Przygotuj warzywa potrzebne na caponatę.
- **Krok 2**
  Rozgrzej 6 łyżek oliwy. Bakłażany pokrój w grubą kostkę i usmaż na złoto. Pokrój w plastry seler naciowy, cebulę w pióra, a pomidory w kostkę. Natkę posiekaj.
- **Krok 3**
  Zdejmij bakłażany z patelni. Na niewielkiej ilości oliwy podsmaż seler naciowy, dodaj cebulę i czosnek. Gdy zmiękną, dodaj bakłażana, oliwki i połowę natki pietruszki. Na koniec dodaj ocet balsamiczny i pomidory.
- **Krok 4**
  Dokładnie zamieszaj i duś ok. 15-20 min. Na koniec dodaj resztę natki, zamieszaj. Danie można podawać na ciepło i na zimno.

Smacznego!