



Caponata mit Rosmarinkartoffeln und Hirschrückensteak dazu unser Winkel Spätburgunder aus dem Rheingau

Hauptakteur zu unserem Spätburgunder ist hier die Caponata, die können Sie auch ohne Fleisch genießen und sie ist sogar vegan.

Die Caponata ist ursprünglich ein süß-saures Gemüsegericht aus Sizilien und die Zutaten und Zubereitung variieren je nach Region, wichtigster Bestandteil sind aber immer Aubergine und Tomate. Zu Beginn dünsten wir die fein geschnittene Zwiebel und Knoblauch in Olivenöl. Die Aubergine und die Zucchini werden gewürfelt und dann angebraten. Die Tomaten werden gehäutet und auch gewürfelt. Vor dem Häuten schneidet man die Haut der Tomaten über Kreuz ein und gibt sie für etwa 30 Sekunden in kochendes Wasser, danach lässt sich die Haut leicht abziehen. Wem die Schnipperei zu viel wird, kann alternativ auch gehackte Tomaten aus der Dose nehmen. Den Stangensellerie oder Fenchel in Stücke schneiden und zunächst blanchieren. Ich verwende Fenchel, weil ich den lieber esse. Zum Blanchieren bringen wir Wasser zum Kochen und geben Salz hinzu, daneben stellen wir eine Schüssel Eiswasser bereit. Den Fenchel geben wir nach und nach in das kochende Wasser und schöpfen ihn nach kurzem Garen mit der Schaumkelle in das Eiswasser, dadurch wird der Garvorgang sofort unterbrochen und das Gemüse behält mehr Farbe und Nährstoffe. Fenchel und Tomatenwürfel geben wir zu dem gebratenen Gemüse und lassen alles auf kleiner Flamme schmoren. In einem extra Topf bereiten wir die süß-saure Sauce zu, dazu lassen wir Zucker karamellisieren und löschen mit unserem Rotweinessig ab. Diese Mischung und einen Schuss Rotwein geben wir zum Gemüse. Dazu kommen noch Oliven und Pinienkerne und nach Geschmack auch etwas Chili.

Kommt Ihnen das Gemüse zu viel vor? Das macht gar nichts, denn die Caponata schmeckt nicht nur heiß, sondern auch handwarm zu Antipasti oder auf geröstetem Brot, also kann man die Reste auch wunderbar am nächsten Tag genießen.

Die Kartoffeln vorkochen, pellen und in Würfel schneiden. Dann mit Olivenöl und gehacktem Rosmarin in der Pfanne knusprig braten.

Die Hirschrückensteaks in Olivenöl von allen Seiten anbraten, mit Rotwein ablöschen und sanft köcheln lassen, bis das Fleisch den gewünschten Gargrad hat.

Der würzige Spätburgunder aus dem Rheingau harmoniert mit seinem Aroma nach Granatapfel und Paprika hervorragend zu dem süß-sauren Gemüsegericht.

Zutaten für zwei Personen:

Für die Caponata:

1 Aubergine

3 Tomaten

1 Zucchini

1 Stangensellerie oder Fenchel

1 Zwiebel

1 Knoblauchzehe

1 Glas Oliven

Pinienkerne

Zucker

Rotweinessig

Rotwein

2 Hirschrückensteaks

4 - 6 Kartoffeln (je nach Größe)

Rosmarin