



Bastian Campmann und das Problem mit der Aubergine **Caponata mit Kalbsfrikadellen**

Caponata

Zutaten für 4 Personen:

2 Auberginen
Olivenöl zum Braten
2 rote, mittelgroße Zwiebeln, in 2 cm große Würfel geschnitten
4 Stangen Bleichsellerie, in 2 cm große Würfel geschnitten
1 Fenchelknolle, in 2 cm große Würfel geschnitten
1 Zucchini, in 2 cm große Würfel geschnitten
2 frische Flaschentomaten, in 2 cm große Würfel geschnitten
1 Bund Basilikum
50 g Sultaninen in Wasser eingeweicht
50 g Pinienkernen
50 g Kapern
5 EL hochwertiger Rotweinessig
1 EL passierte Tomaten
1 EL extrafeiner Zucker
Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Aubergine in Würfel (ca .2 cm) schneiden, mit Salz bestreuen und für rund 2 Stunden in einem Sieb abtropfen lassen. Überschüssige Flüssigkeit aus den Würfeln ausdrücken. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebel glasig schwitzen, Sellerie hineingeben, Fenchel, Auberginen und Zucchiniwürfel dazugeben, die Tomaten nicht vergessen.

Den Rotweinessig dazu geben (nach Geschmack auch weniger). Die Sultaninen untermischen. Die Pinienkerne dazu, und zum Schluss die Kapern.

Basilikumblätter zerpflücken und mit den restlichen Zutaten vermischen. Kräftig würzen.

(Optional: Die Schüssel mit dem noch warmen Gemüse mit Frischhaltefolie abdecken und bei Zimmertemperatur 2 Stunden ziehen lassen, dann bei Raumtemperatur servieren)



Kalbsfrikadellen

Zutaten:

600 g Kalbshack aus der Oberschale
2 El Tomatenmark
2 El mittelscharfer Senf Dijon
2 El Paniermehl
1 Zwiebel geschnitten und blanchiert
1 Bioei
1 eingeweichtes Brötchen
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Alle Zutaten zusammen durchkneten und anschl. in heißem Fett in der Pfanne von beiden Seiten braten, bis sie gut durch sind.