

Vogels Küche

Antipasti von Zucchini, Aubergine und Champignons

Antipasti von Zucchini, Aubergine und Champignons

2006-11-01 20:17:21

Selbst zubereitete Antipasti aus verschiedenen Gemüsesorten, eingelegt in Olivenöl und mediterrane Kräuter. Nicht ohne Aufwand, aber die Mühe lohnt sich!



Grundmenge, alle Mengenangaben sind beispielhaft, bitte nach Bedarf anpassen!

1 nicht zu große Zucchini
1 mittelgroße Aubergine
ca. 10 – 15 kleine Champignons
1 bis 2 Knoblauchzehen
etwas streufähiges Salz □ grobes Meersalz
schwarzer Pfeffer aus der Mühle
Balsamico Bianco (weißer Balsamessig)
ganze, frische Kräuter, z. B.:
Rosmarin- und Thymianzweige, Lorbeer,
Petersilie, Salbeiblätter, Basilikum, Oregano
eventuell 1 kleine getrocknete Chilischote
Olivenöl (Extra Vergine)
Mehl

1| Zucchini und Aubergine waschen, gut trocken tupfen und in ca. 0,5 cm starke Scheiben schneiden. Stiel- und Blütenansatz weglassen. Sehr kleine Zucchini oder Auberginen können längs in dekorative Scheiben geschnitten werden. Auberginenscheiben von beiden Seiten kräftig salzen und ca. 10 Minuten ziehen lassen. Anschließend das Salz gründlich unter fließendem Wasser abspülen und die Scheiben gut trocken tupfen. Champignons putzen, kleine Exemplare im ganzen belassen, größere halbieren.

2| In einer großen Pfanne (am besten eignet sich eine Grillpfanne mit Rillen) Olivenöl erhitzen. Zucchini- und Auberginenscheiben in Mehl wenden, überschüssiges Mehl gut abklopfen und abwechselnd mit den Champignons portionsweise in wenig Olivenöl braten, bis die Scheiben bzw. Stücken eine goldbraune Färbung bzw. deutliche Grillstreifen annehmen. Fertiges Gemüse in ein vorbereitetes (bodenbedeckend mit Olivenöl befülltes) Porzellan- oder Keramikgefäß (z. B. Auflaufform) geben. Dabei die verschiedenen Sorten abwechselnd und leicht überlappend in die Form schichten. Jede Schicht leicht mit grobem Meersalz und Pfeffer würzen, verschiedene Kräuter (ganze Zweige von Rosmarin und Thymian, ein Lorbeerblatt, Petersilienstängel etc.) darauf verteilen und dann mit weiteren Gemüsestücken fortfahren bis die Form zu max. 3/4 gefüllt ist. Abschließend wieder Kräuter auflegen. Eventuell mit einer weiteren Form fortfahren bis alle Zutaten verarbeitet sind.

3| In der noch heißen Pfanne den in feine Scheiben geschnittenen Knoblauch (Menge nach Wunsch anpassen) und eventuell die Chilischote in wenig Öl kurz anrösten. Pfanne vom Herd nehmen, wenn der Knoblauch Farbe annimmt. Mit 2 bis 3 EL Balsamico Bianco ablöschen (Vorsicht! Kann spritzen!), kurz reduzieren lassen. Die Menge des verwendeten Essigs kann nach Gemüsemenge und persönlichem Geschmack angepasst werden. Soviel Olivenöl auffüllen, dass der Boden komplett bedeckt ist und

Vogels Küche

Antipasti von Zucchini, Aubergine und Champignons

nochmals kurz auf der noch heißen Herdplatte erhitzen, sodass sich alle Zutaten gut vermengen. Alles zusammen gleichmäßig über die Gemüseschichten geben. Form mit Olivenöl soweit auffüllen, dass die oberste Schicht gerade erreicht wird. Eventuell mit Salz, Pfeffer und Essig nachwürzen. Die zuletzt hinzu gegebenen Knoblauchscheiben vorsichtig unterheben.



4| Etwas abkühlen lassen, die Gefäße mit Folie abdecken und an einem kalten Ort oder im Kühlschrank mehrere Stunden (z. B. über Nacht) durchziehen lassen. Die Antipasti halten sich im Kühlschrank ohne Weiteres einige Tage. Das verbleibende Öl kann man durch ein Sieb geben und untermittelbar nach Aufbrauchen als Basis für die nächste Portion verwenden, die dann entsprechend weniger Kräuter und Würze benötigt.

Varianten

Für diese Art der Zubereitung eignen sich auch Paprikaschoten (halbiert oder in breite Streifen geschnitten) und kleine, milde Zwiebeln (halbiert). Paprika kann alternativ auch unter dem Grill des Backofens vorbereitet werden. Dazu die Hälften direkt unterm Grill solange braten, bis sich die Haut fast vollständig schwarz verfärbt hat. Herausnehmen und sofort mit nassen Küchenpapiertüchern bedecken. Tücher nach einigen Minuten erneut mit kaltem Wasser einweichen oder wechseln. Die etwas abgekühlte Haut lässt sich dann einfach vom Fruchtfleisch abziehen. Ein paar geschwärzte Stellen dürfen im Fruchtfleisch gerne bleiben. Anschließend können die gegrillten Paprikas direkt in die wie oben beschrieben zubereitete Marinade gegeben werden.

Es können verschiedene Kräutermischungen verwendet werden. Basis sind die vorstehend beschriebene Sorten. Man sollte jedoch immer mehrere gemischt verwenden und nicht ausschließlich mit einem Kraut aromatisieren. Notfalls können auch trockenen Kräuter – soweit nicht schon gemahlen – verwendet werden. Gut eignen sich getrocknete Rosmarin- und Thymianzweige sowie natürlich Lorbeerblätter. Basilikum und Oregano dagegen immer frisch zugeben.