THUNFISCHFILET MIT ROSMARIN, GEMÜSECAPONATA UND CRUSCO-PAPRIKA-CRUMBLE



Chef: Gianluca Galliera

Glutenfrei

Menù-Zutaten

10 Olive verdi denocciolate (Grüne Oliven, entsteint) - U13
2 Filetti di acciughe del Mar Adriatico in olio di girasole (Sardellenfilets aus der Adria in Sonnenblumenöl) - M00X
20 Olive Nostraline denocciolate (Leccino-Oliven, entsteint) - Z91
200 g Sugo ai pomodorini datterini (Sauce aus Datteltomaten) - CU0K
30 g Capperini sotto sale (Kleine Kapern in Salz) - U31
4 Filettone di tonno all'olio d'oliva (Große Thunfischfilets in Olivenöl) - MK2
n.B. Olio extravergine di oliva (Natives Olivenöl extra) - EKC
n.B. Peperone Crusco solo con "Peperoni di Senise IGP" (Peperone Crusco nur mit Paprika „Peperone di Senise g.g.A.") - 5860

Zutaten

1/2 Aubergine
1/2 gelbe Paprikaschote
1/2 rote Paprikaschote
1 Stange Staudensellerie
2 rote Zwiebeln
n.B. Zucker
100 ml Weinessig
6 Basilikumblätter
n.B. Pinienkerne
n.B. Erdnussöl zum Backen

Zubereitung

Für 4 Personen

Die Gemüse-Caponata zubereiten: Auberginen, Paprika und Sellerie in Würfel schneiden und separat in Erdnussöl backen. Das Öl abtropfen lassen und salzen. Die Zwiebeln würfelig schneiden, in nativem Olivenöl extra mit Salz, Pfeffer und Zucker anbraten. Wenn sie glasig sind, die Sardellenfilets hinzufügen und braten, bis sie zerfallen. Mit Weinessig ablöschen und verdampfen lassen. Schwarze und grüne Oliven, Pinienkerne, Kapern und das gesamte gebackene Gemüse hinzufügen. Die Zutaten vorsichtig vermischen und die Sauce aus Datteltomaten, Basilikum und die Pinienkerne hinzufügen. Mit Salz abschmecken und vom Herd nehmen. Die Thunfischfilets in einer Pfanne mit nativem Olivenöl extra und reichlich Rosmarin anbraten. Die Thunfischfilets mit der GemüseCaponata auf Tellern anrichten und mit Rosmarin und zerbröseltem Crusco-Paprika garnieren.

© Menù srl - Dal 1932 Produttori Specialità Alimentari
Geschäftssitz/Produktion: Via Statale 12 n.102 - 41036 Medolla (MO) | Verwaltung: Via Concordia n.25 - 41032 Cavezzo (MO)