Ursprünglich soll dieses Gericht von sizilianischen Aristokraten mit dem umgangssprachlich Capone genannten Fisch gegessen worden sein. Fisch ist seit jeher ein wichtiger Bestandteil in der Inselküche. Das Gericht hat ihren Ursprung in der Belle Époque und war von Banketten in der Zeit kaum wegzudenken. So erlangte es auch bei der ärmeren Bevölkerung Bekanntheit und Beliebtheit. Allerdings vermochte das arme Volk den teuren Fisch nicht, also ersetzten sie den Fisch mit Gemüse, meistens mit Auberginen. Oft allerdings wurde einfach das verwendet was der Hausgarten so hergab. So entstanden lokal oder gar von Familie zu Familie unterschiedliche Rezepte, welche sich bis heute durchgesetzt haben.
Die Caponata kann gut bereits am Vortag vorbereitet werden, denn sie wird in der Regel lauwarm oder kalt, als Beilage oder als Belag für eine Bruschetta als Vorspeise serviert. Das Gericht gehört nicht zu unserem Alltags-Küchenrepertoire dazu. Bisher habe ich die Caponata nur einmal zubereitet, die Kinder und meine sich vegetarisch ernährende Frau waren begeistert.

Zutaten für 4 Personen
1 kg Auberginen
Reichlich Öl zum Frittieren
1 EL Olivenöl
250 gr Zwiebeln
400 gr Stangensellerie
1 EL Tomatenmark
200 gr frische Tomaten
200 gr entsteinte grüne Oliven
50 gr Kapern
0.5 dl Weissweinessig
60 gr Zucker
½ Bund Basilikum
Salz
Pfeffer

Auberginen gleichmässig in ca. 4 cm grosse Würfel schneiden. Reichlich Öl in einer Pfanne auf ca. 180 Grad Celsius erhitzen Auberginenwürfel darin frittieren, bis sie goldbraun sein werden. Die frittierten Auberginenwürfel auf einem Haushaltspapier gut abtropfen lassen und bei Seite stellen.
Olivenöl in einer Bratpfanne erhitzen. Derweil Zwiebeln schälen und in feine Streifen schneiden, Stangensellerie in kleine ca. 0.5 cm breite Stücke schneiden. Zwiebeln und Sellerie im Olivenöl bei mittlerer Hitze anschwitzen bis sie schön glasig sind und anfangen etwas die Farbe zu verändern.
Tomaten in grobe Stücke schneiden und zusammen mit den Oliven und den Kapern beigeben. Zusammen einige Minuten sanft anrösten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Auberginenwürfel dazu geben und gut untereinander rühren. Bratpfanne mit einem Deckel verschliessen und ca. 15 Minuten sanft köcheln lassen.
Derweil Zucker, Essig und Tomatenmark in einer Schüssel zu einer Sauce verrühren.
Bratpfanne nochmal stark erhitzen die Essigsauce dazu geben und verdampfen lassen, bis der stechende Essiggeruch in der Nase nicht mehr wahrnehmbar sein wird.
Die Caponata in einen Servierteller geben, Basilikumblätter darunter rühren und alles auskühlen lassen. Am besten über Nacht im Kühlschrank stehen lassen. Wie in der Einleitung beschrieben kalt oder lauwarm servieren.