



Peperonata mit Bratkartoffeln

In Italien ist die Peperonata zusammen mit Bratkartoffeln ein beliebtes warmes Gericht. Auch wird sie gerne zusammen mit grossformatiger Pasta (z.B. Rigatoni oder Paccheri) serviert. Sie eignet auch als Beilage zu Fleischgerichten, vor allen zu Grilladen, dabei wird sie oft auch kalt serviert. Zubereitet wird sie vornehmlich aus roten und gelben Peperoni, manchmal auch mit Zugabe von länglichen, grünen und pikanteren Paprikaschoten (Chili).

Ob man die Peperoni enthäutet oder nicht, ist für viele eine Glaubensfrage. Es gibt aber einen guten Grund für die zusätzliche Arbeit: Die zähen Häute der Peperoni sind schwer verdaulich und können Blähungen verursachen. Wer da empfindlich ist, schält sie besser.

Eine schöne Variante der Peperonata ist die leicht süssliche Mandorlata, dabei werden die Peperoni zusammen mit Mandelsplittern und Rosinen gekocht.

Zutaten (2 Portionen)

600g verschiedenfarbige Peperoni
4 Datteltomaten
1 rote Zwiebel (ca. 100g)
1El Olivenöl
1El weisser Balsamico
1Tl Zucker
1 Zweig frischer Rosmarin
2 Zweige frischer Thymian
2-3 festkochende Kartoffeln
Salz, Pfeffer
Bratbutter

Zubereitung

Peperoni mit dem Sparschäler schälen. Dazu schneidet man die Peperoni entlang der tieferen Stellen in Schnitze, damit die Haut auf der gewölbten Fruchtteilen gut zugänglich ist. Das klappt auch bei verwachsenen Früchten recht gut. Peperoni entlang der Faser in längliche, nicht zu feine Streifen schneiden.

Zwiebel halbieren und längs zur Schale in ca. 5mm breite Streifen schneiden. Knoblauch klein würfeln. Nadeln vom Rosmarinzweig abzupfen, Blättchen vom Thymian abfieseln.

Tomaten längs vierteln, grob von den Kernen befreien und in kleine Würfel schneiden.

Kartoffeln schälen und halbieren. Salzen und im Dampfsieb ca. 10-12 Minuten zugedeckt vorgaren. Danach ausdampfen lassen.

Zwiebel in Olivenöl ca. 5 Minuten sanft dünsten, sie darf dabei keine Farbe annehmen. Tomaten und Knoblauch zugeben und ca. 2 Minuten mitdünsten. Mit Essig ablöschen, salzen und pfeffern. Peperoni zugeben, Rosmarin und Thymian zugeben. Gut vermischen und zugedeckt ca. 10 Minuten leicht köcheln lassen, dabei zieht die Peperoni recht viel Saft, darum weitere 10-15 Minuten ohne Deckel köcheln lassen, damit der Saft verdampft. Die Peperoni sollten zum Schluss noch ganz leicht knackig sein.

Während die Peperonata schmort, die Kartoffeln in Bratbutter bei kleiner Hitze 10- 15 Minuten braten.





"Verwachsene" Peperoni schälen



