



Melanzane tonnato - Aubergine an Thonsauce

Vitello tonnato, der Klassiker aus dem Piemont lässt sich vielseitig abwandeln: Es muss nicht unbedingt aus Kalbfleisch zubereitet werden, gebratenes Gemüse, besonders die Aubergine schmeckt an dieser Thonsauce wunderbar. Die Sauce aus Thon, Sardellen, Olivenöl und etwas Zitronensaft spielt sowieso die Hauptrolle in diesem Gericht. Und sie ist auch ohne Mayonaise ein Genuss, statt ihr wird Sauerrahm dazugemischt.

Auberginen saugen beim Anbraten sehr viel Fett auf, dem kann man entgegenwirken, indem man die Aubergine vorab mit Salz bestreut um ihr Wasser zu entziehen. Interessanterweise saugt sie nach dieser Vorbehandlung auch weniger Fett auf.

Ich habe die Aubergine mit Fät, dem getrockneten Kakobutter, angebraten. das ist eine gute Alternative zum herkömmlichen Braten mit flüssigem Fett oder Öl. Die Auberginenscheiben werden damit sogar leicht knusprig.

Zutaten (2 Portionen)

1 weisse Aubergine
(kann auch eine violette sein)
100g Thon (abgetropft)
3 Sardellenfilets
2 Spritzer Zitronensaft
1El Olivenöl
50g Crème fraîche (Sauerrahm)
wenig glatte Petersilie (Prezzemolo)
Salz und Pfeffer
Fät (oder Bratbutter)

Garnitur:

1El Kapern
rote Zwiebel (Tropea Zwiebel)

Zubereitung:

Aubergine längs in ca. 1cm dicke Scheiben schneiden. Beidseitig mit Salz bestreuen und 30 Minuten ziehen lassen. Das Salz entzieht der Aubergine Wasser und sie lässt sich nachher leichter anbraten.

Aubergine mit Küchenpapier trockentupfen, etwas pfeffern, mit dem Trockenfett "Fät" bestreuen und beidseitig anbraten. Danach auskühlen lassen.

Thon zerzupfen und in ein hohes Gefäß geben. Sardellenfilets, Sauerrahm, Petersilie und Olivenöl zugeben und mit dem Stabmixer fein pürieren. Mit Zitronensaft und Pfeffer abschmecken, Salz braucht's in der Regel keines mehr, die Sardellenfilets sind meist salzig genug.

Erkaltete Aubergine auf Tellern oder einer Platte anrichten. Thonsauce darüber verteilen und 1 Stunde kühl stellen.

Kurz vor dem Servieren Kapern und feingeschnittene Zwiebel darauf verteilen.







Tipp:

Die gebratenen Auberginenscheiben mit der Thonsauce bestreichen, etwas gehackte Zwiebel daraufstreuen, ein paar Kapern darauf legen und einrollen. So passt die Melanzane tonnato bestens auf einen Antipasto-Teller.



Aubergine mit Thonsauce, Gehackter Zwiebel und Kapern belegen...



... und einrollen.