

Brotsalat mit Mozzarella und frittierten Kapern

Zutaten für die Tomatensoße (für 4 Personen):

- 1 rote Zwiebel
- 1 Zehe Knoblauch
- 1 Chilischote
- 3 große Tomaten
- Olivenöl
- 200 ml passierte Tomaten
- Salz
- Pfeffer
- etwas Ahornsirup

Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Chilischote entkernen und hacken. Die Stielansätze der Tomaten entfernen und das Fruchtfleisch würfeln. Olivenöl in einem Topf erhitzen und Knoblauch und Zwiebeln farblos darin anschwitzen. Die Hälfte der frischen Tomaten dazugeben und etwas einkochen. Dann die passierten Tomaten angießen und die Hitze reduzieren. Die Soße mit Salz, Pfeffer, Olivenöl und etwas Ahornsirup würzen und 15-20 Minuten köcheln lassen.

Zutaten für den Salat:

- 400 g helles Dinkelbrot
- alternativ: Kastentoastbrot oder Ciabatta
- 2 Zweige Rosmarin
- 4 Zehen Knoblauch
- 2 rote Zwiebeln
- 4 EL Olivenöl
- 1 rote Spitzpaprika
- 50 g dunkle (bevorzugt Sorte Taggiasca) Oliven
- Salz
- Pfeffer
- 1 EL Apfelbalsam
- 3 EL Kapern
- zum Frittieren: Pflanzenöl
- 1 Bund Rucola
- 1 Spritzer Zitronensaft
- 2 Kugeln Büffel-Mozzarella
- einige Blätter Basilikum

Backofen auf 160 Grad vorheizen. Das Brot in etwa 2 x 2 cm große Würfel schneiden und auf ein Backblech geben. Die Hälfte des Knoblauchs schälen und in Scheiben schneiden. Rosmarinnadeln von den Stielen zupfen. Beides zu den Brotwürfeln geben. Olivenöl hinzufügen und alles gut vermengen. Die Brotwürfel 15-20 Minuten im Ofen backen. Sie sollen goldbraun und fest werden. Das Backblech aus dem Ofen nehmen und die Brotwürfel abkühlen lassen.

Paprika putzen und in Streifen schneiden. Zwiebeln und restlichen Knoblauch schälen und in Ringe/Scheiben schneiden. Olivenöl in einer hohen Pfanne erhitzen und Paprika, Knoblauch und Zwiebeln darin anschwitzen. Die restlichen Tomatenwürfel, die gerösteten Brotwürfel und die Oliven dazugeben. Tomatensoße angießen und alles vorsichtig vermengen. Die Brotwürfel wenige Minuten in der Tomatenflüssigkeit ziehen lassen. Sie sollten zwar weich sein, aber noch Biss haben.

Den Brotsalat mit Salz, Pfeffer und 1 Schuss Apfelbalsam abschmecken.

Öl erhitzen und die Kapern darin 1-2 Minuten frittieren. Wenn das Frittier-Geräusch leiser wird und das Fett nicht mehr stark

blubbert, sind die Kapern fertig. Herausnehmen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Rucola säubern und mit etwas Zitronensaft, Olivenöl, Salz und Pfeffer würzen. Mozzarella in Stücke teilen. Wie folgt anrichten: Den Brotsalat am besten mit Hilfe eines Servierrings mittig auf Tellern platzieren. Etwas Rucola darauf setzen. Mozzarella, Basilikumblätter und Kapern drumherum verteilen und alles mit etwas Olivenöl beträufeln.

Sendung/Quelle: Iss besser!

Sendetermin: 31.07.2022

Koch/Köchin: Tarik Rose

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen