

Zutaten für 5 Personen:

80	ml	Olivenöl, raffiniert
3	ST	Knoblauchzehe, halbiert
600	g	Paprikaschoten, grün – geputzt, 2,5 cm Würfel
150	g	Zwiebel, in 2,5 cm Würfel
300	g	Tomaten, reife,
1	ST	Chilischote Salz

Herstellung:

1. Etwas Olivenöl in einer Kasserolle erhitzen.
2. Pfanne leicht auf die Seite kippen und den Knoblauch im Öl schwimmend anbraten.
3. Sobald das Öl duftet und der Knoblauch goldbraun ist, die Zehe entfernen.
4. Paprika und Zwiebel dazugeben und zugedeckt bei niedriger Temperatur einige Minuten schmoren lassen.
5. In der Zwischenzeit Wasser zum Kochen bringen, die Tomaten etwa 1 Minute darin eintauchen und dann schälen. Die Tomaten vierteln, Strunk und innere Samen entfernen. Arbeiten Sie dabei über einer Schüssel, um den Tomatensaft aufzufangen. Die Tomatenstücke und den gesiebten Tomatensaft zu den Paprika geben.
6. Mit Salz abschmecken.
7. Das Ganze köcheln lassen, bis die Paprikas weich, aber nicht matschig sind.
8. Die Peperonata anschließend mindestens 4 Stunden bei Raumtemperatur auskühlen lassen.

TIPP:

Ein „Spritzer“ Weißweinessig oder Weißwein verleiht eine frische Note.

Geschichtliche regionale Varianten:

- Sizilien: zusätzlich schwarze Oliven und frisches Basilikum. Kurz vor dem Servieren werden Semmelbrösel in Olivenöl leicht gebräunt und über die Peperonata gestreut.
- Peperonata salentina (Apulien): ohne Zwiebel, zusätzlich frischer Chili, Oregano und Olive
- Peperonata neapolitana (Kampanien): zusätzlich schwarze Oliven, Basilikum und schwarzer Pfeffer
- Peperonata del Valdarno (Toskana): zusätzlich Kartoffeln
- Piemont: zusätzlich Kapern und Petersilie
- Venetien: zusätzlich Aubergine und Petersilie, Öl wird durch Butter ersetzt
- Ligurien: ohne Zwiebel, zusätzlich geröstete Pinienkerne und Basilikum

