



ZEEBAARSFILETS MET CAPONATA & CHIMICHURRI

Niveau: Eenvoudig

Land van herkomst: Argentinië

Gang: Hoofdgerecht

Hoeveelheid: 4 personen

Tijd: 60 minuten

Ingrediënten:

- **1 grote aubergine**
- **2 middelgrote zoete aardappelen**
- **60 ml olijfolie**
- **1 el tomatenpuree**
- **klein bosje basilicum, alleen de blaadjes**
- **2 middelgrote uien**
- **6 rijpe romatomaten, ontveld**
- **2 el rodewijnazijn**
- **8 zeebaarsfilets, zonder vel**
- **1 teen knoflook**
- **1 rode chilipeper**
- **50 gram platte peterselie**
- **50 gram rucola**
- **zeezout**
- **versgemalen peper**

Bereiding:

- Verwarm de BBQ voor naar 200°C directe hitte.
- Maak de chimichurri door de knoflook, rode peper, peterselie fijn te snijden. Voeg naar smaak wat olijfolie en 1 el rode wijnazijn toe. Laat dit even op smaak komen in de koelkast.
- Snij de aubergine over de lengte door midden en smeer de snijvlakken in met een beetje olijfolie. Grill de aubergine met de snijvlakken op het rooster tot ze een paar mooie grilstrepen hebben. Dit duurt ongeveer 5 minuten.
- Schil ondertussen de zoete aardappelen en snij ze in stukjes van 1 cm².
- Leg de aubergines met de gegrilde snijkant naar beneden in een ruime pan. Voeg de stukjes zoete aardappel toe. Voeg 2 cm water toe en breng aan de kook. Zet deksel op de pan en laat op zeer laag vuur in ±12 minuten gaar stomen.
- Haal de pan van het vuur en snij de aubergine en zoete aardappelstukjes met een mes in de pan in kleine stukjes.
- Voeg 2 el van de olijfolie toe en de tomatenpuree. Roer dat door de fijngesneden groenten.
- Zet het vuur wat hoger en bak de tomatenpuree een paar minuten zodat deze ontzuurt.
- Snij de uien en tomaten fijn en voeg deze toe. Scheur de basilicum blaadjes in stukjes en voeg deze toe. Breng op smaak met peper en zout en voeg dan 1 el rode wijnazijn toe. Doe de deksel op de pan en laat ± 25 minuten zachtjes stoven tot de saus dik is en de groenten zacht..
- Leg de zeebaarsfilets op de groenten, sluit de deksel in laat in ongeveer ± 6 minuten gaar worden.
- Haal de zeebaarsfilets voorzichtig uit de pan en roer de rucola door de caponata in de pan. Verdeel de caponata over de borden en schik de filets mooi over de caponata. Top af met wat chimichurri.

iDisfrute de su comida!

22-06-2022