



Pesce spada alla siciliana

Kochbuchautor Claudio Del Principe lockt mit einem speziellen Rezept aus der italienischen Küche: Diesmal verrät er, wie Schwertfisch nach sizilianischer Art zubereitet wird.

Zutaten

Für 4 Personen

- 3 EL Olivenöl extra vergine
- 1 Knoblauchzehe, halbiert
- 300 g Kirschtomaten, halbiert
- 1 EL frischer Oregano
- Salz
- 4 Tranchen Schwertfisch, küchenfertig
- 50 g entsteinte Taggiasca-Oliven (oder andere schwarze Oliven)
- 30 g Kapern, gewässert und abgetropft 100 ml trockener Weisswein Pfeffer

Zubereitung

1. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und mit dem Knoblauch aromatisieren. Die Tomaten und den Oregano dazugeben, salzen und 10 Minuten bei kleiner Hitze köcheln.
2. Den Schwertfisch, die Oliven und die Kapern dazugeben und die Hitze erhöhen.
3. Den Weisswein angiessen und verdampfen lassen. Die Hitze reduzieren.
4. Den Schwertfisch 2 Minuten bei kleiner Hitze ziehen lassen, wenden und weitere 2 Minuten fertig garen.
5. Mit Salz, Pfeffer und nach Belieben mehr Oregano abschmecken und servieren.

Aus dem Buch: «Pura Passione», Claudio Del Principe, AT Verlag

Quelle: <https://zeitlupe.ch/panorama/essen-trinken/>