Pomìto

# Reginette mit Sauce aus frischem Thunfisch, Tomaten, schwarzen Oliven und frittierten Kapern



**Vorbereitungszeit**: 70 min
**Schwierigkeitsgrad**: Leicht

### Zutaten

- Erdnussöl: zum Frittieren
- Getrockneter Oregano:
- Knoblauchzehe: 1
- Pfeffer:
- Reginette: 360 g
- Salz:
- eingelegte Kapern: 40 g
- frischer Thunfisch: 300 g
- natives Olivenöl extra: 4-5 Esslöffel
- schwarze Oliven: 80 g
- weiße Zwiebel: 1/2

## Vorbereitung

Die Kapern 10 Minuten einweichen. Abgießen, gut abspülen und ausdrücken. Mit Küchenpapier abtupfen, um eventuelle Wasserrückstände zu entfernen. Das Erdnussöl erhitzen und die Kapern hineingeben. Wenn sie sich geöffnet haben und knusprig sind, mit einer gelochten Schöpfkelle herausnehmen. Auf Küchenpapier trocknen.

Die Sauce zubereiten: In einem Topf das Öl mit Knoblauch aromatisieren. Wenn er goldbraun ist, herausnehmen. Die Zwiebel hinzufügen und glasig dünsten. Die feinen stückigen Tomaten dazu geben, salzen, pfeffern und mit etwas getrocknetem Oregano würzen. Zum Kochen bringen und bei mittlerer Hitze 15 Minuten köcheln lassen. Einen Deckel auf den Topf geben. Den würfelig geschnittenen Thunfisch und die Oliven hinzufügen. Weitere 8-10 Minuten garen.

Die Reginette in kochendes Salzwasser geben, wenn sie al dente sind, abgießen und mit der Sauce anrichten. Sofort servieren.

**Für dieses Rezept haben wir verwendet:**

Tomaten in Stücken 400 g

