

RECEPT – Förrätt, Meny hösten 2009 - Owe Tegman

Panzanella på eget sätt – eller italiensk brödsallad

4 portioner

6 tomater

1 vitlöksklyfta

2 msk rödvinsvinäger

1 dl olivolja

½ tsk salt

Nymald svartpeppar

Vitt bröd i skivor t ex baguette 2-3 skivor/person

1 gurka

1-2 grillade och skalade paprikor

1 dl små oliver

1 liten burk sardeller

1 dl basilikablاد

1. Sätt ugnen på 200 gr. Dela paprikorna i två delar, tag ut innandömet. Lägg dem på bakplåtspapper på en plåt och häll några droppar olja på varje paprikahalva. Grilla i ugnen ca 15 minuter eller till dess att skalet börjar bli lite svart. Tag ut och lägg i en plastpåse (då lossar skalet lätt). När de svalnat peta bort skalet och skär paprikahalvorna i bitar.
2. Skär ett tunt snitt på undersidan av tomaterna. Lägg dem 20 sekunder i sjudande vatten. Ta upp med hålslev. Skala tomaterna. Skär ut innandömet och bladfästet. Se till att spara all saft i en skål tillsammans med det bortskurna tomatköttet. Dela varje tomat i ca sex klyftor.
3. Häll saften och tomatköttet i en sil och spara spadet. Blanda det med pressad vitlök, vinäger, olja, salt och peppar.
4. Pensla olivolja på brödsnivorna. Rosta dem under grill-elementet i ugnen tills de blir knapriga.
5. Skala och dela gurkan på längden, skrapa ur kärnhuset med en tesked. Skär i små bitar. Blanda tomat, gurka, paprika och oliver med dressing.
6. Mosa sardellerna och bred dem på brödsnivorna. Stick ner brödsnivorna i salladen. Strö över sönderrivna basilikablاد.