

Italienische Rezepte

Pasta alla Puttanesca

Anzahl: 2 Portionen

Gattung: Europa, Gemüse, Hauptspeise, Italien, Nudel, Teigwaren

1	rote Zwiebel	300 ml	Tomatensaft
1	kleine Zucchini	30 g	Sardellenfilets
2	Tomaten	6	schwarze Oliven, entsteint
1/2	Lauch		ein paar Basilikumblätter
1	Essl. Kapern (am besten in Salz - eingelegt)	1/2	Limette, unbehandelt
250 g	Papardelle		etwas Parmesan, frisch
1	Knoblauchzehe		- gerieben
1	kleine Chilischote		Salz, Pfeffer
			Olivenöl

Zwiebel, Zucchini, Tomaten und Lauch in kleine Würfel bzw. dünne Scheiben schneiden. Die Kapern in kaltes Wasser legen, um das Salz bzw. den Essig abzuspülen. Die Nudeln in kochendem Wasser al dente kochen.

Das vorbereitete Gemüse zusammen mit dem grob gequetschten Knoblauch und der Chilischote in einer Pfanne mit Olivenöl anschwitzen. Knoblauch wieder herausnehmen und mit Tomatensaft ablöschen. 4 Minuten köcheln lassen. Die Sardellenfilets klein schneiden und zusammen mit den Oliven dazugeben, jetzt nicht mehr kochen. Mit Pfeffer und vorsichtig mit Salz abschmecken.

Die gekochten Nudeln auf das Gemüseragout geben und gut durchschwenken. Basilikum, Kapern und etwas Limettenabrieb untermischen und anrichten. Mit Parmesan bestreut servieren.