



Spaghetti alla pizzaiola - mit Sardellen, Oliven, Knoblauch...

Ein deftiges Spaghetti-Rezept, das der süditalienischen Küche entstammt. Welche Zutaten dazugehören, ist nicht so genau definiert, es gibt da unzählige Varianten, aber immer werden für die Sauce kräftige Zutaten verwendet: Acciughe (eingelegte Sardellenfilets), Oliven und Knoblauch. Dazu kommt Passata di Pomodoro und Oregano, eben die Zutaten, die für eine Pizza unabdingbar sind.

Die Spaghetti werden in der Pfanne mit der Sauce vermischt, damit sie diese möglichst gut aufnehmen.

Zutaten (1 Portion)

80g	Spaghetti
5	Oliven
5	Sardellenfilets
1	Knoblauchzehe
1/2	handvoll Petersilie
3El	Passata di Pomodoro
1Tl	Oregano getrocknet
2El	Olivenöl
	Salz und Pfeffer

Zubereitung

Einen Topf mit gesalzenem Wasser aufsetzen. Die Zeit bis das Wasser kocht und die Spaghetti gar sind, reicht gerade aus, um die Sauce zuzubereiten.

Sardellenfilets, Oliven, Petersilie und Knoblauch hacken. Etwas von der Petersilie zur Dekoration beiseite stellen.

Olivenöl leicht erhitzen, Sardellenfilets zugeben und mit einer Gabel verrühren, bis sich

diese fast aufgelöst haben. Oliven, Petersilie und Knoblauch zugeben und ca. 2 Minuten mitdünsten. Passata zugeben, Oregano zwischen den Fingern zerreiben und zugeben. Nochmals ca. 2 Minuten leicht köcheln lassen und gut verrühren.

Derzeit die Spaghetti kochen, sobald sie gar sind, 2 Esslöffel Spaghettwasser zur Sauce geben und die Spaghetti abschütten.

Spaghetti zur leicht köchelnden Sauce geben und mit zwei Gabeln solange vermischen, bis die Spaghetti die Sauce gut aufgenommen haben.

Spaghetti anrichten und mit Petersilie bestreuen.





