

Schupfnudeln mit Cima di rapa, Tomatensoße und Makrele

Zutaten für die Tomatensoße (für 4 Personen):

- 2 Tomaten
- 1 weiße Zwiebel
- 2 Zehen Knoblauch
- 100 ml weißer Portwein
- 100 ml passierte Tomaten
- Pflanzenöl
- 2 Zweige Basilikum

Zwiebel und Knoblauch schälen und sehr klein würfeln. Tomaten ebenfalls in Würfel schneiden. Pflanzenöl in einem Topf erhitzen und die Zwiebel- und Knoblauchwürfel darin anschwitzen. Tomatenwürfel dazugeben und ebenfalls kurz anschwitzen. Portwein und passierte Tomaten hinzufügen und einkochen lassen. Vor dem Servieren die Basilikumblätter in Stücke zupfen und dazugeben.

Zutaten für den Kohl:

- 4 Stängel Cima di rapa
- 1 weiße Zwiebel
- 1 Zehe Knoblauch
- 12 kernlose Trauben
- Pflanzenöl
- Salz

Zwiebel und Knoblauch schälen, sehr klein würfeln und in Pflanzenöl anschwitzen. Cima di rapa kleinschneiden und dazugeben. Zum Schluss die kleingeschnittenen Trauben hinzufügen. Salzen und kurz garen.

Zutaten für den Fisch:

- 1 Zehe Knoblauch
- 4 kleine Makrelenfilets
- Pflanzenöl
- 0,5 Zitrone
- Salz

Knoblauchzehe eindrücken und mit Pflanzenöl in eine Pfanne geben. Das Öl heiß werden lassen und die Filets mit der Fleischseite nach unten hineingeben. Hitze auf medium reduzieren, den Fisch salzen und mit Zitronensaft beträufeln. Wenn die Filets braun geworden sind, wenden und auf der Hautseite sanft anschwitzen. Vor dem Servieren nochmals wenden, damit die Hautseite oben liegt.

Zutaten für die Schupfnudeln :

- 250 g Schupfnudeln
- Pflanzenöl
- 1 TL Butter
- Salz

Schupfnudeln in Pflanzenöl auf mittlerer Hitze anschwitzen. Dabei gut durchschwenken, damit sie von allen Seiten braun werden. Zum Schluss die Butter dazugeben und schmelzen lassen. Salzen.

Schupfnudeln mit der Tomatensoße auf Teller geben. Den Kohl daneben anrichten, den Fisch auf den Nudeln platzieren.

Sendung/Quelle: Hamburg Journal

Sendetermin: 04.11.2022

Koch/Köchin: Dave Hänsel

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen