

Spaghetti alla puttanesca

Zutaten (für 4 Personen):

- 400 g Spaghetti
- 1 rote Zwiebel
- 2 Zehen Knoblauch
- 2 Chilischoten
- 100 g dunkle (bevorzugt Sorte Taggiasca) Oliven
- 2 EL Kapern
- 6 Sardellenfilets
- 6 eingelegte, getrocknete Tomaten
- 400 g (aus der Dose) Tomaten
- 1 Bund Petersilie
- 1 Zweig Oregano
- Olivenöl
- etwas Ahornsirup
- Salz
- Pfeffer

Zwiebel und Knoblauch schälen und in Würfel schneiden. Chilischoten säubern und fein hacken. Bei Bedarf die Kerne entfernen, dann sind die Schoten nicht so scharf. Tomaten aus der Dose nehmen und die Stielenden entfernen. Danach grob zerstampfen. Getrocknete Tomaten klein schneiden. Kräuter von den Stielen zupfen. Wer keinen frischen Oregano bekommt, kann auch getrockneten verwenden. Sardellenfilets etwas abwaschen, dann grob hacken.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Zwiebel und Knoblauch darin glasig anschwitzen. Kapern, Oliven und Chili dazugeben und ebenfalls anschwitzen. Gestückelte Tomaten und den restlichen Saft aus der Dose hinzufügen und alles etwa 5 Minuten schmoren. Mit Salz, Pfeffer und etwas Ahornsirup würzen.

Erst kurz vor dem Servieren die Kräuter und Sardellenfilets hinzufügen und verrühren. Zum Schluss etwas frisches Olivenöl dazugeben. Die Nudeln in Salzwasser bissfest kochen. Tropfnass zur Soße geben und alles gut vermengen.

Anrichten:

- einige Blätter Basilikum
- 4 Sardellenfilets

Nudeln mit Soße auf Teller geben. Mit Sardellenfilets und Basilikumblättern garnieren. Wer mag, streut frisch gerieben Parmesan darüber, klassisch wird das Gericht aber ohne Käse serviert.

Sendung/Quelle: Iss besser!

Sendetermin: 01.01.2023

Koch/Köchin: Tarik Rose

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