



Hauptgang oder Vorspeise

# Spaghetti mit Sardellen und Oliven

Rezept für 4 Personen

## Zutaten:

Legende: TL = Teelöffel, EL = Esslöffel, MSP = Messerspitze, dl = Deziliter (1/10), cl = Centiliter (1/100)

400 gr	Spaghetti
6-8 Stück	Sardellenfilets in Öl, abgetropft
80 gr	Oliven schwarze, entsteint, in feine Ringe geschnitten
1/2 Stück	Peperoncino, grün oder eine rote Chilischote (oder 1/2 TL Sambal Olek oder Harissa)
3 Zehe	Knoblauch, geschält, in Scheiben geschnitten
1 Bund	Petersilie, die Blätter fein gehackt
	4 kleine Büschel Petersilie auf die Seite stellen (Dekoration)
6 EL	Olivenöl, kalt gepresst
	Evtl. Etwas Rindsbouillon, kräftig (1 dl)
	Salz, Pfeffer aus der Mühle
	Parmesan, frisch gerieben

## Zubereitung:

Kasserolle, Olivenöl, Knoblauch	Das Olivenöl in einer grossen Kasserolle mit der geschälten Knoblauchzehe und der Chilischote – bei milder Hitze – dünsten.
Sardellenfilets, Pfeffer	Die grob gehackten Sardellenfilets und eine Prise Pfeffer zufügen. Die Sardellenstücke sollen sich bei milder Hitze fast auflösen.
Spaghetti	Die Spaghetti in reichlich Salzwasser «al dente» kochen, abgiessen, abtropfen lassen.
Oliven Petersilie gehackt	Die Oliven dazugeben und mit einer Holzgabel umrühren. Die gehackte Petersilie dazugeben sowie die Rindsbouillon dazugeben und gut durchrühren.
Spaghetti	In die Pfanne mit der Sardellen-Oliven-Mischung geben, gut durchmischen, nochmals kurz erhitzen. Auf vorgeheizten Tellern anrichten, mit Petersilie dekorieren und sofort servieren.  Frisch geriebenen Parmesan dazu reichen.