

Spaghetti alla puttanesca

Gesamtzeit: 40 min

Schwierigkeitsgrad: einfach

Portionen: 2 Portionen

Spaghetti alla puttanesca

250 g Rinatura Dinkel Spaghetti Bio

2 Esslöffel Liakada Natives Olivenöl extra 0,5 L

2 Zehe(n) Knoblauchzehen, fein gehackt

4 Stück(e) Sardellenfilets

1 Teelöffel McCormick Chiliflocken scharf

400 g Gehackte Tomaten (Dose)

80 g Oliven

2 Esslöffel Ibero Bio Kapern Capotes

Nach Belieben Salz, frisch gemahlener Pfeffer

Nach Belieben Frische Petersilie, gehackt

Nach Belieben Optional: etwas Zitronenabrieb

Spaghetti alla puttanesca

1.

Spaghetti in reichlich gesalzenem Wasser al dente kochen. Etwas Kochwasser aufbewahren.

Währenddessen das Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen.

Knoblauch, Sardellen und Chiliflocken bei mittlerer Hitze anschwitzen.

Die Sardellen zerdrücken, bis sie sich auflösen. Die gehackten Tomaten hinzufügen und 10–15 min. leicht köcheln lassen.

Halbierte Oliven und Kapern unterrühren und weitere 2–3 min. erwärmen.

Die abgegossenen Spaghetti in die Sauce geben und gut vermengen. Falls nötig, etwas Kochwasser hinzufügen, damit die Sauce die Pasta schön umhüllt. Mit Pfeffer abschmecken. Vorsicht mit Salz.

Mit gehackter Petersilie und optional etwas Zitronenabrieb servieren.

In einer tiefen Schale/ mit Petersilie garniert/ Petersilie dazu/ evtl zweiter Teller/ Kapern und oder Oliven in einer Schale dazu/ Tuch/ Besteck dazu.