

Fusilli mit Sardellen, Oliven und Kapern

Im Nu haben Sie ein typisch italienisches Nudelgericht mit einer etwas pikanteren Note gezaubert.



Zutaten

- 400 g Fusilli
- 500 g Tomatenwürfel aus der Dose
- 1-2 Knoblauchzehen (fein gehackt)
- 60 g schwarze oder grüne Oliven (entkernt, halbiert)
- 2 EL Kapern
- 4 Sardellenfilets (in Öl)
- 2 EL Olivenöl
- Oregano
- Salz, Pfeffer
- Frische Petersilie zum Anrichten

Portionen 4

Zubereitung

Das Olivenöl in einem Topf leicht erhitzen und die fein gehackten Knoblauchzehen leicht anbraten. Achten Sie darauf, dass der Knoblauch nicht braun wird, denn sonst entsteht ein leicht bitterer Geschmack.

Fügen Sie die Tomatenwürfel, die entkernten Olivenhälften und die Kapern hinzu und lassen Sie alles bei mäßiger Hitze einige Minuten köcheln. Die Sardellenfilets in grobe Stücke schneiden, in die Sauce geben und weiterköcheln lassen. Nach 5-10 Minuten die Tomatensauce mit Oregano, etwas Salz und Pfeffer würzen.

Die in der Zwischenzeit nach Verpackungsanweisung gekochten Nudeln abtropfen lassen und mit der Sauce vermischen. Die gehackter Petersilie bestreuen und sofort servieren.