Italienische Rezepte

Bucatini Pasta con le Sarde

Anzahl: 4 Portionen
Gattung: Fisch, Nudel, Sardine, Teigwaren, Italien

4		Sardinen	200 ml		Weisswein
1	kleine	Fenchelknolle mit viel Grün	1		Msp. Safranfäden
2		getrocknete Fenchelzweige	400 g		Bucatini
2	Essl.	Sultaninen	2	Essl.	Pinienkerne, geröstet
2		Sardellenfilets			Olivenöl
1	kleine	Zwiebel			Salz, Pfeffer

Die Sardinen säubern und filetieren. Den Fenchel putzen und in feine Streifen schneiden. Fenchelstreifen kurz zusammen mit den Fenchelzweigen in Salzwasser blanchieren. Das Kochwasser aufbewahren. Die Sultaninen in lauwarmem Wasser einweichen. Die Sardellenfilets waschen und abtupfen.

Die Zwiebel fein hacken in Olivenöl dünsten. Mit dem Weisswein ablöschen und aufkochen lassen. Den Safran einrühren. Die Flüssigkeit komplett einkochen lassen, noch etwas Olivenöl sowie die abgetropften Sultaninen dazugeben. Das Ganze kurz anbraten und dann die Sardinen hinzufügen. Die Hitze reduzieren. Nach wenigen Minuten den Fenchel Salz und Pfeffer hinzufügen. Bei mässiger Hitze unter Rühren 5 Minuten weiter dünsten. Die Sardellen dazugeben.

Die Bucatini währenddessen im Fenchel-Kochwasser bissfest kochen und abgiessen. Die Nudeln in die Pfanne mit der Sauce geben, die gerösteten Pinienkerne untermengen und sofort servieren.