

Italienische Rezepte

Bruschetta mit Tomaten & Sardellen

Anzahl: 4 Portionen

Gattung: Baguette, Bistro, Snacks

2	bis 3 vollreife Fleisch- - Tomaten	4	bis 6 Zweige Basilikum
2	bis 3 Sardellenfilets in - Lake		Salz
1	bis 2 Knoblauchzehen	6	Essl. kalt gepreßtes Olivenöl
1	Lauchzwiebel	4	Scheib. toskanisches Weißbrot oder - 8 Scheiben Baguette
1	Zweig Oregano		

Klassischerweise besteht Bruschetta nur aus Brotscheiben, die man goldbraun röstet, mit zerdrücktem Knoblauch bestreicht, herzhaft salzt und üppig mit bestem Olivenöl beträufelt. Nun wird noch reichlich Pfeffer darüber gemahlen - und fertig ist eine wunderbare kleine Mahlzeit! Etwas raffinierter, aber ebenso einfach zuzubereiten ist diese verfeinerte Version.

1. Tomaten mit kochendem Wasser überbrühen, abschrecken, häuten, entkernen und von den Stengelansätzen befreien. Das Fruchtfleisch wie die abgespülten, trocken getupften Sardellenfilets hacken. Knoblauch schälen und fein würfeln. Die Zwiebel putzen, waschen und in hauchdünne Ringe schneiden. Oregano und Basilikum abbrausen, abtrocknen und hacken. Alle vorbereiteten Zutaten mischen, kräftig salzen und pfeffern und das Öl hinzufügen.

2. Die Brotscheiben (Toskanabrot vorher halbieren) goldgelb rösten und die Tomatenmischung samt dem Öl darauf verteilen. Sofort servieren.

Variation: Auf die gleiche Weise können Sie Pesto - Bruschetta zubereiten. Dazu 3 Knoblauchzehen schälen, grob würfeln und mit 2 El grob gehackten Pinienkernen im Mörser zerstoßen. Etwa 40 Basilikumblätter vorsichtig abreiben (nach Möglichkeit nicht waschen) und zerpfückt hinzufügen. 1/4 Tl grobes Salz drüberstreuen und alles mit dem Mörserstößel zerstoßen und mischen. Anschließend je 20 g Parmesan- und Pecorino - Käse zerbröckeln, unter die Masse arbeiten. Wenn sich dann alles zu einer homogenen Paste vermischt hat, nach und nach 8-10 El kalt gepresstes Olivenöl mit dem Holzlöffel darunter schlagen. Wie im obigen Rezept die Brotscheiben rösten, den Pesto darauf verteilen und zum Schluss noch etwas Parmesan- oder Pecorino - Käse darüber hobeln.