

Spagetti Pangrattato und Oliven

Zutaten für: 4 Portionen

2		Knoblauchzehe(n)
1		Chilischote(n), getrocknete
4	Zweige	Thymian, frischer
4	Scheiben	Weißbrot, altbackenes
	Etwas	Meersalz
400	Gramm	Spaghetti
8		Sardellenfilet(s)
1/2		Zitrone(n), Saft davon
150	Gramm	Oliven, schwarze ohne Stein
150	Gramm	Kirschtomate(n)

Anleitung:

Pasta mit Brotbröseln und Oliven Den Knoblauch schälen und in dünne Scheiben schneiden. Chili fein hacken und vom Thymian die Blättchen zupfen. Von den Brotscheiben rundum die Rinde entfernen und das Brot in einer Küchenmaschine zerkleinern.

Die Spaghetti in reichlich Salzwasser bissfest kochen.

Eine große Pfanne erhitzen, 2 EL Öl von den Sardellen darin heiß werden lassen. Knoblauch, Chili, Thymian, Brotbrösel, Sardellenfilets, Oliven und Kirschtomaten in die Pfanne geben und unter gelegentlichem Rühren 5-8 Minuten braten.

Die fertigen Spaghetti abgießen, dabei etwas Kochwasser auffangen.

Die Spaghetti mit in die Pfanne geben, alles durchmischen und den Zitronensaft dazugießen. Falls die Mischung etwas trocken erscheint, ein wenig vom Kochwasser dazugeben. Mit Meersalz abschmecken und heiß servieren.

Zubereitungszeit: 15 Min.

Schwierigkeitsgrad: simpel

Brennwert p. P.: keine Angabe