



Strenge Verfechter der italienischen Kochregeln würden niemals Parmesankäse zu diesem Gericht essen, da Fisch und Käse nicht zusammen passen. Da die Sardellenfilets aber in diesem Fall völlig verkochen und praktisch nicht mehr nachweisbar sind, missachten einige von uns diese Regel.

min

alla putanesca

Olivenöl
3 Knoblauchzehen
2 Gläser Sardellenfilets
1 Glas schwarze Oliven in Salzlake
1 Glas Kapern

4 kleine Dosen Tomaten
Salz, Pfeffer und Zucker
1000 g Penne rigate
1 Baguette



1. Die **Knoblauchzehen** schälen, halbieren und in eine Pfanne mit heißem **Olivenöl** geben. Die **Sardellenfilets** gut abspülen und ebenfalls in die Pfanne geben.



2. Die **Oliven** und die **Kapern** wässern und abtropfen lassen.



3. Die **Tomaten** in die Pfanne geben und kurz köcheln lassen. Dann die **Oliven** und die **Kapern** hinzufügen, alles verrühren und bei kleiner Flamme köcheln lassen. Bei Bedarf mit **Pfeffer, Zucker** und **Salz** abschmecken.



4. Die **Penne rigate** in reichlich heißem Salzwasser al dente kochen lassen.



5. Das **Baguettebrot** aufschneiden und auf dem Tisch bereitstellen.



6. Die **Pasta** und die **Putanesca Sauce** auf einem Teller anrichten und mit etwas frisch gemahlenem **schwarzen Pfeffer** bestreuen..

60