

Spaghetti alla puttanesca

Zutaten (für 4 Personen)

Spaghetti 350 g
Frische reife Tomaten 450 g (auch geschälte Tomaten aus der Dose)
Salz
Glatte Petersilie
Öl "extravergine di oliva" 4 Löffel
Frischer Peperoncino 2
Knoblauch 2 Zehen
Oregano 1 Priesen
Tomatenmark 1 Löffel
Kapern im Salz eingelegt 2 Löffel
Sardellenfilet 4 Stück
Oliven 100 g (halb grün und halb schwarz ohne Kern)

Zubereitung

1. Tomaten waschen und kurz im kochenden Wasser tauchen. Abtropfen, enthäuten, leicht entwässern und grob zerhacken.
2. Den gehackten Knoblauch und den Peperoncino in einer Antihafpfanne mit dem Olivenöl andünsten.
Tomaten dazugeben, salzen, umrühren und bei mittlerer Hitze ca. 10 Minuten kochen. Die Sardellenfilets zu der Tomatensoße hinzufügen.
3. Die gesalzenen Kapern unter Wasser abspülen, um sie zu entsalzen, anschließend gut abtrocknen.
4. Die Oliven grob hacken und zusammen mit den Kapern und dem Tomatenmark zu der Soße hinzugeben. Umrühren und 15 Minuten bei mäßiger Hitze weiterkochen, mit Salz abschmecken. Zum Schluss eine Priesen Oregano und ein Löffel gehackte Petersilie drüberstreuen.
5. Die Spaghetti in reichlich kochenden Salzwasser kochen. Wenn sie "Al dente" sind abschütten.
6. Die Spaghetti mit der vorbereiteten Soße servieren.