



ALLES DRIN.

Fragen, Anregungen, Kritik? Oder auch Lob?
Kochunterstützung? Melde dich hier, ich freu mich:

01577/7707760

hallo@chriskochtüte.de

facebook.com/chriskochtuete (Eine Review wäre toll!)

chriskochtüte.de

Christoph Zettler- Laeiszstraße 15 - 20357 Hamburg

Spaghetti alla Puttanesca mit Oliven, Kapern und Anchovis

Es ist Feierabend. Glückwunsch:) Jetzt abschalten und entspannt diese sizilianische Spezialität kochen. Deswegen lies dir das Rezept vorab einmal komplett durch. Und leg dir schon mal Olivenöl, Salz, Pfeffer, Zucker, einen Nudelsieb, einen Messbecher, ein Schneidebrett, ein Messer, einen großen Topf sowie eine große Pfanne bereit. So lässt es sich entspannt kochen. Und in ca. 25 min gib't's schon lecker Essen!

Pasta in reichlich Salzwasser 9 Min al dente kochen.

Zwiebel halbieren, schälen und in Streifen schneiden. **Knoblauch** schälen und in dünne Scheiben schneiden. **Tomaten** waschen, Strunk entfernen und klein würfeln. 2-3 EL Olivenöl in der Pfanne erhitzen. Zwiebel, Knoblauch sowie **Anchovis** (bzw. Sardellen) darin bei mittlerer Hitze ca. 3-4 Min anbraten. Anchovis mit einer Gabel zerdrücken, so dass sich diese gut im Olivenöl auflösen. **Oliven** klein schneiden. Oliven, **Kapern**, **Tomatenmark** sowie die Tomatenstücke mit in die Pfanne geben und ca. 10 Min kochen. Alles pfeffern, leicht zuckern und leicht salzen (Anchovis sind schon gut salzig:) Nudeln abseien, etwas Nudelwasser abgreifen (1P: 60ml/2P: 120ml) und mit der Pasta in die Pfanne geben (Im Nudelwasser ist Stärke. Daraus entsteht eine schön sämige Soße). Noch 2 Min auf hoher Hitze mitkochen lassen. Dabei öfters umrühren.

Petersilie waschen und klein hacken. Pasta, leicht eingedreht, in schöne, tiefe Teller geben und mit frischer Petersilie und frisch geriebenem **Parmesan** garnieren. Jetzt noch etwas Pfeffer aus der Mühle drauf. Das war's schon. Du hast lecker Essen gemacht. Und wer das Rezept etwas abändern möchte: Nur zu! Es ist Dein Werk.

Genieß Deinen Feierabend!

Gepackt von

Chris



Ich würde mich freuen von dir zu hören.
facebook.com/chriskochtuete wäre toll
Mal unzufrieden? Dann tut mir das schrecklich leid. Komm zu mir an den Stand und du bekommst dein Geld zurück oder eine aktuelle Tüte kostenlos.

Eine Review auf
oder schreib an hallo@chriskochtuete.de.

