



SPAGHETTI MIT RUCOLA UND ZAHNBRASSE

Categoria: Erste Gerichte **Tempo di preparazione:** 15 minuten **Difficoltà:** facile 🕒

Ingredienti per 4

- 1 große oder 2 kleine Knoblauchzehen
- 1 scharfe rote Chilischote (frisch oder getrocknet), je nach Geschmack
- Natives Olivenöl extra, je nach Bedarf
- 500 g Zahnbrasse
- ½ Glas trockener Weißwein
- 350 g Spaghetti
- 50 g Rucola
- frische Semmelbrösel (Paniermehl), nach Geschmack
- 1 Sardellenfilet, grob gehackt

Dieses simple Rezept wird die ganze Familie begeistern! Es erinnert an Nudeln mit Knoblauch, Olivenöl und Chili, verwendet jedoch Rucola statt Petersilie und wird außerdem durch Fisch angereichert. Ein Gericht, das es in sich hat!

Schwierigkeitsgrad: **einfach**

Kosten: **gering**

Zubereitungszeit: **15 Minuten**

Portionen: **4**

Zubereitung

In einer großen Pfanne den Knoblauch und die Chilischote in nativem Olivenöl extra anbraten.

Wenn der Knoblauch gerade goldgelb ist, die filetierte und in Würfel geschnittene Zahnbrasse hinzugeben, mit Weißwein ablöschen und leicht köcheln lassen.

In der Zwischenzeit das Wasser für die Nudeln zum Kochen bringen, nach dem Aufkochen salzen, die Nudeln hinzufügen und *al dente* kochen.

Die Nudeln abgießen und zusammen mit einem Teil des grobgehackten Rucola zum Fisch in der Pfanne geben.

In einer anderen Pfanne die Semmelbrösel mit etwas nativem Olivenöl extra und den gehackten Sardellenfilets rösten, dabei darauf achten, dass nichts anbrennt.

Den restlichen Rucola als Unterlage auf die Teller geben.

Die Nudeln mit den goldgelben Semmelbröseln garniert servieren. Guten Appetit!

