



ÜBERBACKENE SARDELLEN MIT COSTOLUTI-TOMATEN

Categoria: Hauptgänge **Tempo di preparazione:** 35 Minuten **Difficoltà:** facile 🕒

Ingredienti per 4

- 3 Costoluti-Tomaten (falls nicht erhältlich, können sie durch normale rote Tomaten ersetzt werden)
- Natives Olivenöl extra, nach Geschmack
- Salz, zum Abschmecken
- 500 g Sardellen
- 1 Esslöffel Weißweinessig
- 1 Prise Oregano
- 8 gelbe Tomaten
- 3-4 Tassen Paniermehl
- 1 Esslöffel Pecorino-Käse
- 1 Esslöffel Basilikum-Pesto, zum Verzieren
- Ein paar frische Basilikumblätter zur Dekoration

Ein appetitliches Gericht, das Ihre Gäste beeindrucken wird. Der intensive Geschmack der Sardellen passt hervorragend zu den gerippten Costoluti-Tomate. Kurzum: ein reichhaltiges und erfreuliches Gericht für alle Sinne und Geschmäcker.

Schwierigkeitsgrad: **einfach**

Kosten: **mittel**

Zubereitungszeit: **35 Minuten**

Portionen: **4**

Zubereitung

Die Tomaten waschen, halbieren und in Olivenöl mit einer Prise Salz 15 Minuten lang bei einer Temperatur von 180 °C im Ofen backen.

Die Sardellen unter fließendem Wasser abspülen, aufschneiden, Gräten und Schwanzflosse entfernen und mit saugfähigem Papier trockentupfen.

In eine Schüssel geben und mit ein wenig Salz, Weißweinessig und einer Prise Oregano würzen.

Die Sardellen auf einem Backblech anrichten, die halbierten gelben Tomaten darauflegen, mit Semmelbröseln, Pecorino-Käse und einem Spritzer Olivenöl bestreuen.

Den Ofen auf 220° vorheizen und alles ca. 4 Minuten lang garen.

Nun das Gericht zusammenstellen: Die gebackenen Tomaten als Unterlage verwenden, die gratinierten Sardellen mit den gelben Tomaten anrichten und mit einigen frischen Basilikumblättern und etwas Basilikum-Pesto dekorieren. Guten Appetit!

Enjoy!

