



Sizilianische Spaghetti mit Sardinen und Fenchel

- **Küche:**Italienisch
- **Schwierigkeitsgrad:**Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 5m
- **Zubereitungszeit:** 10m
- **Fertig in** 15m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '15', 'cook_time' : '10m', 'prep_time' : '5m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Traditionelle sizilianische Pasta Alltagsküche, schnell in 15 Minuten gemacht

Zutaten

- 300 g Spaghetti
- 1 Dose Sardinen in Öl (ca. 90 g)
- 500 g Fenchelknolle, geputzt, gewaschen, in Streifen
- 1 EL Fenchelsaat, grob gestoßen
- 2 EL Olivenöl
- 3 gesalzene Sardellen, aus dem Glas, gewürfelt
- 1 kleines Bund krause Petersilie, gehackt
- 2 EL Zitronensaft
- 1 Knoblauchzehe, fein gewürfelt
- 2 EL Rosinen
- 50 g Pinienkerne
- Salz, frisch gemahlener Pfeffer

Zubereitungsart

Schritt1

Die Spaghetti nach Packungsanweisung "bissfest" kochen. Zeitgleich den Fenchel mit dem Knoblauch und der Fenchelsaat in Olivenöl anschwitzen.

Schritt2

Bei geschlossenem Deckel und kleiner Hitze ca. 10 min. leise schmoren lassen.

Schritt3

Die Pinienkerne, gehackte Sardellen und die Rosinen dazu geben. Die Spaghetti abgießen und direkt tropfnass zum Ansatz geben, gut verrühren.

Schritt4

Mit Salz und Pfeffer nachschmecken und die gehackte Petersilie unter schwenken.

Rezeptart: Nudelrezepte

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/sizilianische-spaghetti-mit-sardinen-und-fenchel/>