



verantwortungsvoller
Fischgenuss



Informationen zur Transparenten Fischerei unter
www.fjordkrone.de

Rezept des Monats

Sizilianische Pasta mit Sardinen und Oliven

Zutaten für 4 Portionen:

500g Villa Gusto Penne
250g Fjordkrone Sardinenfilets in Sonnenblumenöl
(2 Packungen)
2 Fenchelknollen
4 große Tomaten
200g Schwarze Oliven
4 EL Villa Gusto Olivenöl
1/2 Bund Petersilie
4 Scheiben Weißbrot (Baguette oder Ciabatta)
2 EL Landfein Butter
Salz und Pfeffer aus der Mühle



Zubereitung

Den Fenchel waschen, den Strunk entfernen und die Knolle in kleine Würfel schneiden. Die Tomaten waschen, entkernen und ebenfalls würfeln. Die Oliven gut abtropfen lassen. Die Petersilie waschen, trocken tupfen und fein hacken. Das Weißbrot entweder mit einem Messer oder im Mixer zu feinen Bröseln verarbeiten. In einer Pfanne mit 2 EL Butter goldbraun anrösten und mit der gehackten Petersilie mischen. Die Brösel beiseitestellen.

Einen großen Topf mit Wasser zum Kochen bringen und die Pasta darin nach Packungsanleitung al dente kochen. Währenddessen das Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen.



Die Fenchelwürfel ca. 2–3 Minuten darin anbraten, dann die Tomatenwürfel und die Oliven dazugeben und alles einmal gut durchschwenken. Mit Salz und Pfeffer und einem Spritzer Zitronensaft würzen.

Die Sardinenfilets in große Stücke zupfen und unter das Gemüse heben. Die Pasta abtropfen lassen und dann zur Soße in die Pfanne geben. Alles einmal durchmischen und dann auf vier Teller aufteilen. Mit den Bröseln bestreuen und nach Wunsch mit frischer Petersilie und Zitronenspalten dekorieren.

Guten Appetit!

Eine leckere Rezeptidee von **NORMA**