

Orecchiette mit Cime di Rapa

Zutaten: (für 4 Personen)

- 400 g Orecchiette
- 400 - 600 g Cime di Rapa (Stängelkohl)
- 6 Sardellen (aus der Konserve)
- 3 – 4 Knoblauchzehen (ganz)
- 1 Peperoncino
- Pinienkerne
- Olivenöl

Zubereitung:

Die Cime di Rapa gut waschen und rüsten. Das heisst den Strunk etwas zurückschneiden und allenfalls die äussersten Blätter entfernen. Ansonsten das Gemüse samt Stängel, Blätter, Knospen und Blüten in 2 – 3 cm lange Stücke schneiden.

Knoblauchzehen schälen und den Peperoncino längs halbieren und in schmale Streifen schneiden (die italienischen Peperoncini sind meistens nicht sehr scharf. Wer sicher sein will, dass es nicht zu scharf wird, kann aber die Kerne samt Häutchen entfernen. Die Schärfe steckt vor allem in den Häutchen.)

Die Pinienkerne ohne Fett und mit wenig Hitze sorgfältig rösten.

Die Pasta in einem grossen Topf kochen und für die letzten 3 – 4 Minuten das Gemüse dazugeben und mitkochen.

Gleichzeitig in einer Bratpfanne die Sardellen in etwas Olivenöl auflösen, Knoblauch und Peperoncino dazugeben und auf tiefster Stufe dünsten.

Pasta abschütten und mit den Sardellen mischen. Grosszügig mit hochwertigem Olivenöl – und je nach Geschmack auch mit Pfeffer – würzen.

Nach dem Anrichten im Teller die Pinienkerne über die Pasta streuen und zusammen mit Parmesan oder Sbrinz servieren.