

Orecchiette mit Brokkoliröschen

400g Orecchiette (Nudelöhrchen)
600g Brokkoli
3 Sardellenfilets
1-2 TL Spezie (Knoblauch, Peperoncino, Petersilie)
1 Knoblauchzehe
6-8 EL Olivenöl
60g Parmigiano, gerieben

Brokkoli putzen und in Röschen teilen. Die Orecchiette in kochendem Salzwasser 10-12 Minuten kochen. 4 Minuten vor Ende der Garzeit den Brokkoli zugeben. (Sollte noch bissfest sein).

In der Zwischenzeit die Sardellenfilets mit dem Olivenöl und der kleingehackten Knoblauchzehe in eine Pfanne geben und leicht erwärmen, damit die Sardellenfilets schmelzen. Nun die Gewürzmischung zufügen, kurz durchschwitzen lassen und mit der abgetropften Pasta-Brokkoli-Mischung vorsichtig vermengen. Eventuell nachwürzen, mit Parmigiano bestreuen und sofort heiß servieren.

