



vrij vertaald: **Pasta met Sardien**

Ingrediënten (4 personen)

- 200 g sardines
- 300 g spaghetti
- Saffraan
- Wilde venkelbladeren
- 30 g pijnboompitten
- Extra vierge olijfolie
- 5 eetlepels broodkruimels
- 1/2 rode gesnipperde ui
- 2 teentjes geperste knoflook
- 5 ansjovis
- 1 eetlepel tomatenpuree
- 30 g rozijnen
- Zout en peper

Bereiden 1e stappen

1. Doe saffraandraadjes in een glas, vul het met heet water en laat het even staan. Voor het beste resultaat doe je dit de dag ervoor. Neem een ??middelgrote pan en kook de wilde venkelblaadjes. Giet de blaadjes na ongeveer 5 minuten af ??en doe ze op een bordje. Snijd ze vervolgens in kleine stukjes. Bewaar het water voor later.

2. Doe de pijnboompitten in een kleine pan en rooster ze op middelhoog vuur tot ze goudbruin zijn. Zet ze daarna apart.

3. Verhit een grote pan en voeg 2 eetlepels olijfolie toe. Rooster vervolgens 5 eetlepels paneermeel en roer met een houten lepel tot het gelijkmatig gaar is. Zet het mengsel apart zodra het klaar is.

Bereiden volgende stappen

Zet de koekenpan weer op middelhoog vuur en voeg 4-5 eetlepels extra vierge olijfolie en de rode ui toe. Voeg, voordat de olie te heet wordt, een scheutje water en de geperste knoflook toe

en roer. Voeg de ansjovis toe en roer goed tot de ansjovis smelt en verdwijnt. Voeg de tomatenpuree toe en roer tot het geheel goed gemengd is en kleur aan het gerecht geeft. Voeg een scheutje water toe als het te snel uitdroogt en zet het vuur indien nodig iets lager. Voeg de fijngesneden venkelblaadjes en rozijnen toe en meng goed.

Giet de helft van het saffraanmengsel erbij en voeg voorzichtig de sardines toe. Laat het geheel nog geen 2 minuten koken, roer goed. Breng op smaak met een klein beetje zout (alleen indien nodig) en een flinke snuf peper. Wanneer het vocht verdampt is, voeg je de rest van het saffraanvocht toe.

Breng het water uit de venkelbladeren aan de kook (voeg indien nodig meer water toe en giet het in een grote pan), voeg 1 eetlepel zeezout toe en laat het oplossen. Kook de pasta volgens de aangegeven tijd op de verpakking. Schep een mok vol pastawater en zet deze opzij zodra de pasta bijna gaar is. Giet de pasta af en voeg deze toe aan de pan met sardines. Voeg de geroosterde pijnboompitten toe, schep de pasta om en voeg indien nodig nog wat van het achtergehouden pastawater toe, zodat de pasta goed bedekt is met de heerlijke saus.

Een heerlijk recept, dus alvast eet smakelijk.