

Spaghetti mit Miesmuscheln und Tintenfisch

Zutaten (für 4 Personen):

- 500 g Miesmuscheln
- 300 g Spaghetti
- 2 Zehen Knoblauch
- 2 Schalotten
- 1 frische Chilischote
- 2 EL Olivenöl
- 4 Sardellenfilets
- 200 g kleine Kalmare
- 200 ml Weißwein
- 1 EL Tintenfischtinte
- 1 Bund glatte Petersilie
- 200 g geriebener Pecorino

Miesmuscheln waschen und säubern. Muscheln durchsehen, geöffnete Exemplare, die sich auf Klopfen nicht schließen, wegwerfen. Spaghetti nach Packungsangabe in einem großen Topf mit Salzwasser kochen. In der Zwischenzeit Knoblauch und Schalotten schälen und in feine Würfel schneiden. Chilischote in feine Ringe schneiden.

Kalmare säubern, die Tuben in Ringe schneiden, die Fangarme ganz lassen. Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen, Knoblauch, Schalotten, Chili und Sardellen dazugeben und bei starker Hitze anbraten, dabei immer wieder umrühren. Wein und Tintenfischtinte in die Pfanne geben und auf die Hälfte einkochen. Kalmare und Miesmuscheln hinzufügen, einen Deckel auflegen und alles 3-4 Minuten garen, bis sich die Muscheln geöffnet haben (Muscheln, die sich nicht öffnen, wegwerfen).

Petersilienblätter von den Stängeln zupfen und grob hacken. Die fertig gegarten Spaghetti mit einer Küchenzange aus dem Kochwasser noch leicht nass direkt in die Pfanne heben. Petersilie und einen Teil des Pecorinos hineinstreuen und alles 1 Minute durchschwenken. Bei Bedarf etwas Kochwasser dazugeben.

Auf tiefe Teller geben und mit Olivenöl und geriebenem Pecorino anrichten.

Sendung/Quelle: Schleswig-Holstein Magazin

Sendetermin: 08.08.2024

Koch/Köchin: Dirk Luther

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen