



Kochen

Daniele Corona

Dienstag, 13.05.2025

Orecchiette mit Brokkoli und gesalzenem Ricotta

Für 4 Personen

Zutaten

400 g	Brokkoli
etwas	Salz
400 g	Orecchiette (Öhrchennudeln)
50 g	Tomaten, getrocknet in Öl
2	Peperoni, rot, frisch
2	Knoblauchzehen
2 EL	Oliven, entsteint, schwarz, z. B. Kalamata
5 Stiele	Petersilie, glatt
100 ml	Olivenöl
4	Sardellenfilets, eingelegt (aus dem Glas)
2 EL	Kapern, eingelegt (aus dem Glas)
100 g	Ricotta, gereift, gesalzen alternativ Parmesan

Zubereitung:

1. Den Brokkoli putzen, abbrausen und in Röschen schneiden. Die Stiele schälen und klein schneiden.
2. Reichlich Salzwasser aufkochen. Die Nudeln darin nach Packungsanweisung bissfest garen. Brokkolistiele nach ca. 4 Minuten zugeben und mitgaren, sodass sie weich sind.
3. Tomaten abtropfen lassen und in Streifen schneiden. Peperoni putzen, abbrausen, abtropfen lassen und in feine Scheiben schneiden. Knoblauch abziehen und ebenfalls in feine Scheiben schneiden. Oliven hacken. Petersilie abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden.
4. In einer großen Pfanne ca. 50 ml Olivenöl erhitzen. Knoblauch und abgetropfte Sardellenfilets darin bei schwacher bis mittlerer Hitze unter Wenden anbraten, bis die Filets zu zerfallen beginnen.
5. Brokkoliröschen, Peperoni, Kapern, Tomatenstreifen, Petersilie und Oliven zufügen und alles unter Schwenken vermischen und mit etwas Salz würzen.
6. Die Nudeln und Brokkolistiele abgießen, abtropfen lassen, dabei etwas Kochwasser auffangen.
7. Nudeln und Brokkolistiele zur Mischung in die Pfanne geben. Weitere ca. 2 Minuten unter Schwenken erhitzen und alles gut miteinander vermischen. Nach Belieben noch etwas Nudelkochwasser unterschwenken.
8. Orecchiette und Gemüse auf Tellern anrichten. Zum Servieren mit übrigem Olivenöl beträufeln und den gesalzenen Ricotta darüberreiben.