

Spaghetti Seemanns Art bei SehrLecker.de



Die Zutaten:

200 gr Spaghetti, 400 gr geschälte Garnelen, 8 Sardellenfilets, 2 Esslöffel Öl, 2 Esslöffel Mehl, 400 ml Fischfond oder Gemüsebrühe, Salz, Pfeffer, 4 Esslöffel Sahne, 0,5 Bund Dill.

Die Vorbereitungen:

Garnelen mit kaltem Wasser abbrausen und trockentupfen. Sardellenfilets kleinschneiden. Dill abbrausen, trockenschütteln und abzupfen.

Die Zubereitung:

Spaghetti in reichlich Salzwasser bißfest garen. Öl erhitzen, Mehl einrühren, mit dem Fischfond bzw. der Gemüsebrühe ablöschen und kurz kochen lassen. Soße mit Salz und Pfeffer würzen.

Sardellenfilets und Garnelen zufügen. Sahne einrühren. Nudeln abgießen und die Garnelensauce darüber geben. Auf Tellern anrichten und mit Dillspitzen verzieren