

Tici Kaspar

SARDE IN SAOR - VENEZIANISCHE SARDINEN

Zutaten für für 6 - 8 Personen:

- ca. 800 g Sardinen, küchenfertig
- 1 Handvoll Pignoli
- 1 TL Senfkörner
- 200 ml Weißweinessig
- Schuss Apfelsaft
- 1 Zitrone
- 1 Handvoll Rosinen
- 200 g Schalotten, in Ringe geschnitten
- 2 Lorbeerblätter

Außerdem:

- 500 ml Pflanzenöl zum Frittieren
- Mehl zum Panieren

Zubereitung:

- Sardinen waschen, trocken tupfen und rundum mit Salz und Pfeffer würzen.
- Pignoli und Senfkörner in einer Pfanne ohne Öl rösten, mit Essig ablöschen.
- Schuss Apfelsaft sowie Zitronensaft auffüllen, Rosinen, Schalotten, Lorbeerblätter hinzufügen und zugedeckt bei milder Hitze ca. 5 Minuten köcheln.
- Sardinen im Mehl wälzen, überschüssiges Mehl abklopfen.
- Sardinen im heißen Fett ca. 30 Sekunden frittieren, mit einem Siebschöpfer herausnehmen und auf Küchenpapier gut abtropfen lassen.
- Sardinen in eine kleine Auflaufform füllen und mit dem noch heißen Sud bedecken.
- Sardinen mindestens 8 h marinieren.
- Nach Belieben mit frischen Kräutern oder gebratenen Radicchio und Olivenöl servieren.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

Schwierigkeitsgrad: leicht