

Fettuccine mit Sardinen und Spinat

Zutaten	500 g Fettuccine	2 EL Olivenöl
2 Knoblauchzehen, gehackt	1 Dose Ölsardinen	140 g gekochter Spinat
1 EL Zitronensaft	Salz, Pfeffer	Parmesan

Fettuccine nach Packungsanweisung in reichlich Salzwasser bissfest kochen.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Knoblauch darin andünsten.

Ölsardinen mit ihrem Öl dazugeben und unter Rühren kurz erhitzen.

Spinat unterheben.

Fettuccine in einem Sieb abgießen und zur Pfanne geben. Alles kurz unter Rühren erhitzen.

Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

Fettuccine auf vier Tellern anrichten und nach Belieben mit Parmesan bestreuen.

NN am 18. April 2026