



Aromaattinen kukkakaalipasta

Aineet: 300 g lyhyttä pastaa
800 g kukkakaalia
vettä, suolaa
1/2 dl oliiviöljyä
1 tuore sipuli silputtuna
4-5 sardellifileetä
50 g huuhdottuja ja hetken vedessä virkistettyjä rusinoita
25 g pinjansiemeniä tai kuorittuja auringonkukan siemeniä
Lisänä:
tuoretta hienonnettua basilikaa
parmesaaniraastetta
suolaa

Valmistus: 1. Pese ja paloittele kukkakaali. Keitä suolalla maustetussa vedessä pehmeäksi. Nosta kaali reikäkauhalla kulhoon ja säilytä keitinliemi pastan keittämistä varten.
2. Kuumenna öljy tilavassa pannussa ja kuullota sipuli. Survo sardellifileet pannussa hienoksi haarukalla, lisää joukkoon rusinat sekä pinjansiemenet. Sekoita.
3. Kumoa kukkakaali pannuun ja kääntele sitä huolellisesti öljyssä. Jätä muhimaan kannen alle miedolle lämmölle.
4. Lisää kukkakaalin keitinliemeen vettä ja suolaa, kuumenna kiehuvaaksi ja keitä pasta al dente.
5. Kaada valutettu pasta kukkakaalipannuun ja sekoita huolellisesti, jotta Sisilian makujen ja tuoksujen kokonaisuus imeytyy pastaan.
6. Tarjoa höyryävän pastan seuraksi basilikasilpulla piristettyä parmesaaniraastetta.

Vihje:

Välimeren aitoja anjoviksia, sardelleja löytyy hyvin varustettujen myymälöiden sillitiskeiltä öljyyn säilöttyinä. Italian matkalta voi myös tuoda kätevää anjovistahnaa putkilossa nimellä Pasta di Acciughe.