



Fagiolini alla genovese - Grüne Bohnen mit Sardellen, Knoblauch und Peperoncino

Die Fagiolini alla genovese sind in Ligurien eine beliebte Beilage zu gegrilltem Fleisch oder Fisch. Das schnell zubereitete Gericht mit zarten Bohnen ist auch als Vorspeise, z.B. zusammen mit einer gedämpften Tomate, ein Genuss. Peperoncino gehört nicht unbedingt zum Rezept, aber eine gewisse Schärfe passt gut zu den würzigen Bohnen. Tipp: Peperoncino nur zurückhaltend zugeben, dafür in Olivenöl eingelegte Peperoncino-Streifchen dazu servieren. Die Fagiolini alla genovese schmecken lauwarm am besten.

Zutaten (2 Vorspeisen)

180g	grüne Bohnen, fein
1El	Petersilie gehackt
2	Sardellenfilets
1	Knoblauchzehe
3cm	Peperoncino
	Salz
1	Tomate
	Kräutersalz
	Olivenöl

Zubereitung

Peperoncino längs halbieren, die sehr scharfen Kerne herausschaben und die Schote zu feinen Streifchen schneiden. Mit ca. 1El Olivenöl vermischen und ziehen lassen.

Tomate halbieren, mit Kräutersalz würzen und mit Olivenöl übergießen. 50-60 Minuten bei 150° im Ofen gratinieren.

Bohnen rüsten, in ein Dampfsieb geben, salzen und 20 bis 25 Minuten zugedeckt dämpfen. Sie sollten zum Schluss noch leicht knackig sein.

Petersilie, Knoblauch und Sardellenfilets hacken, zusammen in Olivenöl ca. 2 Minuten andünsten, wenig Peperoncino zugeben. Bohnen zugeben und weitere 5 Minuten mitdünsten, dabei häufig wenden.





