

**Rezept** · Freitag ist bei uns Spaghettitag. Natürlich gibt es nicht an jedem Freitag Spaghetti, manchmal auch kurze Nudeln. Wenn man aber so oft Spaghetti serviert, muss man schon eine breite Palette an Soßenrezepten haben – immer nur Bolognese und Carbonara wird auf die Dauer langweilig. Mein Spaghettikochbuch umfasst aktuell rund zwanzig solcher Rezepte; eines der einfachsten ist die Soße mit dem schlimmen Namen, denn übersetzt heißt „alla puttanesca“ nach Hurenart. Wikipedia bietet die üblichen Erklärungen an, aber Luigi, meine italienische Referenz, winkt ab: Weiß keiner, hat sich irgendwann irgendwer ausgedacht und so auf die Speisekarte geschrieben. Wobei er hinzufügt, dass die meisten Namen von italienischen Nudelsaucen auf diese Weise entstanden sind: „Meine Nona hatte keine Namen für ihre Rezepte.“ *[Lesezeit ca. 2 min]*

Im Prinzip handelt es sich um eine besonders würzige Tomatensoße, die schnell und einfach gemacht ist. Natürlich gibt es zahllose Varianten, und ich würde nie behaupten, meine sei besonders authentisch, allein schon, weil ich als Fischallergiker keine Sardellen hineingebe und auf Peperoncini verzichte, weil ein\*e Mitesser\*in keine scharfen Sachen verträgt. Lecker ist die Sache trotzdem. Die Vorbereitungs- und Kochzeit ist so gering, dass du erst anfangen musst, wenn das Nudelwasser schon fast kocht. Und das Beste ist: In einer gut sortierten Speisekammer hast du meist alle Zutaten auf Lager.

**Unterstützt TD!** Dir gefällt, was wir schreiben? Du möchtest unsere Arbeit unterstützen? Nichts leichter als das! Unterstütze uns durch das **Abschließen eines Abos** oder durch den Kauf einer **Lesebeteiligung** – und zeige damit, dass The Düsseldorfer dir etwas wert ist.

## Die Zutaten (für 4 Portionen als Hauptgericht):

- 1 Schalotte oder kleine rote Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 2 mittelgroße Rispfen- oder 1 Fleischtomate
- 1 Gläschen Weißwein
- 1~2 Tasse passierte Tomaten
- 1 gute Handvoll entsteinte schwarze Oliven
- 2 EL Kapern
- Olivenöl
- Salz, schwarzer Pfeffer

## Die Zubereitung

Für das mis-en-place sind vier Vorarbeiten nötig: Pellen und Hacken von Zwiebeln und Knoblauch, Würfeln der Tomate(n), Halbieren der Oliven und Abtropfen der Kapern. Dann schwitzt du den Zwiebel-Knoblauch-Mix in nicht zu wenig Olivenöl an. Gieß den Weißwein an und lass das Ganze auf mittlerer Hitze kochen. Gib zwischendurch die Tomatenwürfel hinzu. Beendet ist diese Phase, wenn der Wein fast weg ist und die Tomatenwürfel schmelzen. Nun kommen die passierten Tomaten dazu – ich verwende inzwischen nur noch Passata aus der Flasche von Mutti oder Alnatura; ist praktisch, vermeidet Abfall und lässt sich leicht im Kühlschrank aufbewahren.

Den Pfanneninhalte lässt du auf kleiner Flamme köcheln. Gib nach ein paar Minuten die halbierten Oliven und die Kapern dazu. Schmecke zuletzt mit Salz und schwarzem Pfeffer aus der Mühle ab. Sind die Spaghetti fertig, rührst du 2~3 EL vom Kochwasser unter die Soße und wirfst die Nudeln dann hinein – ordentlich unterheben und in der Pfanne zur Selbstbedienung servieren. Geriebener Parmesan (oder eher Pecorino) kann, muss aber nicht.

Solltest du mit Sardellen klarkommen, lässt du die zusammen mit Zwiebeln und Knoblauch schmelzen – je nachdem wirst du am Ende gar nicht salzen müssen. Für die Schärfe wird eine ganze entkernte Peperoncino fein gehackt und ebenfalls mit angeschwitzt. Außerdem kannst du die Puttanesca-Soße mit gehackter Petersilie und/oder getrocknetem Oregano aufhübschen.