

Gut & günstig: Fettuccine all'arrabbiata für weniger als 3.50 Franken pro Person



Fettuccine all'arrabbiata benötigen nicht nur wenige Zutaten, sie sind auch äusserst kostengünstig. Der Gesamtpreis für dieses rassige Gericht beträgt für vier Personen weniger als 14 Franken!

All'arrabbiata bedeutet frei übersetzt «auf die wütende Art», was wohl auf die Schärfe des Gerichts zurück zu führen ist. Die Sauce besteht nämlich neben Tomaten, Zwiebeln und Knoblauch auch aus einer ordentlichen Portion Chili.

Am besten schmeckt die All'arrabbiata-Sauce, wenn sie aus frischen Tomaten zubereitet wird – vorausgesetzt, diese sind intensiv im Geschmack. Als Alternative können auch Pelati aus der Dose verwendet werden.

Zutaten für 4 Personen

- 1,3 kg geschmacksintensive Rispen Tomaten
- Olivenöl
- 1 grössere Zwiebel, fein gehackt
- 1-2 rote Peperoncini (Chilis)
- 2 Knoblauchzehen, fein gehackt
- Salz, Pfeffer
- Trockener Basilikum
- Trockener Oregano
- 2 Prisen Zucker
- 500 g Fettuccine
- Parmesan zum Bestreuen

Zubereitung

1. Tomaten waschen, in die Haut an der Unterseite ein kleines Kreuz einritzen und in siedendem Wasser circa 2 Minuten blanchieren. Herausheben und kurz in ein Wasserbad mit Eiswasser legen. Haut abziehen und achteln.
2. Den Boden eines Saucentopfs mit Olivenöl bedecken, Zwiebel, Peperoncini und Knoblauch darin dünsten, bis die Zwiebel glasig ist. Tomaten begeben, aufkochen.
3. Hitze reduzieren, Sauce mit Salz und Pfeffer würzen, Basilikum, Oregano und Zucker begeben und bei geschlossenem Deckel 30 Minuten köcheln lassen.
4. Deckel entfernen und die Sauce so lange weiterköcheln lassen, bis sie die gewünschte Konsistenz erreicht hat, danach mit Salz und Pfeffer abschmecken.
5. Fettuccine im Salzwasser «al dente» kochen, gut abtropfen. Zurück in den Topf geben und mit wenig Sauce vermischen.
6. Pasta auf Teller anrichten, die restliche Sauce darüber verteilen und mit Parmesan bestreuen.

Zubereitungsdauer: circa 50 Minuten

Wein-Tipp



Terre del Barolo Barbera d'Alba DOC

Intensives Rubinrot mit Purpurreflexen. Eleganter Duft von Brombeeren und schwarzen Kirschen. Mittlerer bis voller Körper mit weichen Tanninen und ausgewogener Säure. Lang im Abgang.

[Jetzt im Weinshop ansehen](#)

Aktionen passend zum Rezept