



## Pissaladière mit Sardellen und Kapern

dazu gebratener Romanasalat mit Käse

30-40min 2 Portionen

Ursprünglich stammt die Pissaladière aus Ligurien und ist so etwas wie die lokale Version der Pizza - das trägt sie sogar im Namen: Pizza all'Andrea, so die ursprüngliche Bezeichnung. Entlang der Küste verbreitete sie sich nach Frankreich, immer mit ähnlichem Konzept: Sardellen, Teig, gerne Zwiebeln. Wir nehmen heute Blätterteig, verfeinern mit Kapern und Tomaten und servieren dazu Romana mit Käse-Senf-Zitronen-Dressing. Mmh!

## Was du von uns bekommst

- 2 Zwiebeln
- 1 Dose MSC-Sardellen in Öl <sup>2</sup>
- 1 Pck. Knoblauch-Kräuter-Gewürzmischung
- 1 Pck. Pflaumen-Gewürz-Chutney <sup>5</sup>
- 1 Pck. Kapern
- 2 Tomaten
- 1 Pck. Blätterteig <sup>3</sup>
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Stückchen Hartkäse <sup>1,4</sup>
- 1 Pck. Romanasalat

## Was du zu Hause benötigst

- 2EL Butter <sup>4</sup>
- 1TL körniger Senf <sup>5</sup>
- Salz
- Olivenöl

## Küchenutensilien

- Backofen und Backblech
- mittelgroße Pfanne
- große Pfanne
- Küchenreibe
- Zitruspresse
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

## Allergene

Eier (1), Fisch (2), Gluten (3), Milch (4), Senf (5). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

## Nährwertangaben pro Portion

Energie 1017kcal, Fett 68.0g, Kohlenhydrate 81.2g, Eiweiß 19.8g



### 1. Zwiebeln schneiden

Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in schmale Spalten schneiden.



### 2. Zwiebeln braten

Die **Zwiebeln** in einer mittelgroßen Pfanne mit **1EL Sardellenöl**, 1EL Butter und 1 kräftigen Prise Salz bei mittlerer Hitze in ca. 5Min. glasig anbraten, dabei regelmäßig rühren. Die **½ der Gewürzmischung**, das **Chutney** und 1EL Butter einrühren und die Pfanne vom Herd nehmen.



### 3. Teig vorbereiten

Die **½ der Sardellen** in ein Sieb abgießen, die **restlichen Sardellen** werden für dieses Rezept nicht benötigt. Die **Kapern** grob schneiden. Die **Tomaten** in dünne Scheiben schneiden. Den **Teig** mit dem Papier nach unten auf einem Backblech ausrollen und mit einer Gabel mehrmals einstechen.



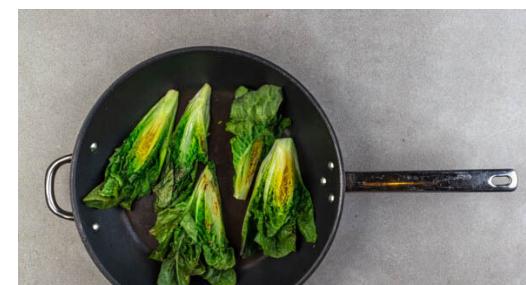
### 4. Pissaladière backen

Die **Zwiebeln** gleichmäßig auf dem **Teig** verteilen. Die **Tomaten** auf den **Zwiebeln** auslegen und die **Kapern** darauf verteilen. Die **Sardellen** kreuzweise anordnen. 15-20Min. im Ofen backen, bis der **Teig** an den Rändern goldbraun und knusprig ist.



### 5. Dressing anrühren

Die **Zitrone** halbieren und auspressen. Den **Käse** fein reiben. Die **½ des Käses** mit 2EL Olivenöl, **1EL Zitronensaft**, 1TL körnigem Senf und der **restlichen Gewürzmischung** verrühren, ggf. mit ½-1TL Wasser verdünnen.



### 6. Salat braten

Den **Romanasalat** längs vierteln und mit den Schnittseiten nach unten in einer großen Pfanne bei mittlerer bis starker Hitze 3-5Min. braten, bis leichte Röstspuren erkennbar sind. Direkt vor dem Servieren mit dem **Dressing** beträufeln und mit dem **restlichen Käse** bestreut zur **Pissaladière** servieren.