



Sarde in marinata, marinierte Sardinen.

- **Küche:**Italienisch
- **Portionen:** 6
- **Vorbereitungszeit:** 5m
- **Zubereitungszeit:** 0m
- **Fertig in** 5m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '5', 'cook_time' : '0m', 'prep_time' : '5m', 'servings' : '6', 'yield' : " } });
```

Als warme oder kalte Vorspeise geeignet

Zutaten

- 750 g frische Sardinen, ausgenommen, ohne Kopf
- 1 ungespritzte Zitrone
- ½ Bund glatte Petersilie, fein gehackt
- ½ Bund Basilikum, in feine Streifen
- 2 Knoblauchzehen, fein geschnitten
- 1 Zwiebel in Würfeln
- 1 Lorbeerblatt
- 1 Tl geschnittener Rosmarin
- 1/4 l trockener Weißwein
- 1/8 weißer Balsamico
- 1/8 l Wasser
- 5 El Olivenöl
- Salz und Pfeffer
- Etwas Mehl

Zubereitungsart

Schritt1

Die Marinade:

Schritt2

Den Knoblauch, Zwiebeln, Weißwein, Balsamico, Zitronenschale, etwas Wasser und den Rosmarin einmal aufkochen, mit frisch gemahlenem Pfeffer nachschmecken.

Schritt3

Die Sardinen:

Schritt4

Die Sardinen unter fließendem Wasser waschen mit Küchenkrepp abtrocknen. Salzen, pfeffern und mit Zitronensaft marinieren.

Schritt5

In Mehl wenden und in heißem Olivenöl auf jeder Seite ca. 2 min. heraus braten.

Schritt6

Mit dünnen Zitronenscheiben abwechselnd in eine Auflaufform schichten, den Sud und die Kräuter darüber geben.

Schritt7

Zugedeckt 1 Tag durchziehen lassen.

Rezeptart: Fischgerichte, Kalte Fischgerichte **Tags:** sardinen

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/sarde-in-marinata-marinierte-sardinen/>