

Gilda

Gilda ist ein klassisches Pintxo, das aus Sardellen, Oliven und Peperoni besteht. Auf einem Zahnstocher aufgespießt, ist das Gericht ein kleiner Snack der zu Getränken gereicht wird. Gildas können dabei auch Teil eines [Tapas-Dinners](#) sein.



Gilda | Foto: Linda Katharina Klein

Zutaten (10 Stück): 10 Sardellen-Doppelfilets | 20 grüne Oliven | 10 Peperoni | 10 Zahnstocher | 1 Esslöffel Olivenöl



Gilda | Foto: Linda Katharina Klein

Zubereitung (5 Minuten): 1. Strunk der Peperonis abschneiden und die Peperonis halbieren. 2. Auf einen Zahnstocher zunächst eine Olive aufspießen. 3. Jetzt das untere Ende der Sardellen-Doppelfilets aufspießen. 4. Es folgen zwei Stücke Peperoni. 5. Jetzt wird die Sardelle umgebogen und das andere Ende aufgespießt, sodass ein Bogen entsteht. 6. Eine weitere Olive aufspießen. 7. Die fertigen Spieße mit hochwertigem Olivenöl beträufeln.

Dazu passt hervorragend: [Tapas-Brot](#)! Jetzt weitere [Tapas-Rezepte](#), mehr [spanische Rezepte](#) und weitere [Fisch & Meeresfrüchte Rezepte](#) entdecken!

Nährwerte/Portion: 30 Kalorien | 2,2 Gramm Fett | 0,3 Gramm Kohlenhydrate | 2 Gramm Eiweiß