

Rezept für Calamari in Sauce mit Erdäpfeln

Für 2 Personen als Hauptgericht
400 g geputzte Calamari
1 Knoblauchzehe
1 EL Kapern
2 Sardellenfilets
1/16 l Weißwein
200 g Dosentomaten mit Saft
1/4 TL getrockneter Oregano
250 g Erdäpfel
1 kleiner Bund Petersilie
Olivenöl



Zubereitung

Die Calamari gut waschen und in Streifen schneiden.
Die Fangarme beiseite geben.

Die Petersilie hacken.

Öl, Kapern, Sardellen in etwas Olivenöl bei mittlerer Hitze anbraten, bis sich die Sardellen auflösen.

Knoblauch dazugeben und goldbraun braten.

Petersilie und Calamaristreifen hinzufügen kurz mitköcheln lassen, mit Weißwein aufgießen und kurz dünsten.

Die geschnittenen Dosentomaten dazugeben und zugedeckt ca. 40 Minuten schmoren.

Dann die in Stücke geschnittenen Erdäpfel begeben, salzen und pfeffern und nochmals ca. 25 Minuten köcheln, bis alles weich ist.

Einige Minuten vor Ende der Kochzeit die Tintenfischtentakel gut trocken tupfen und kurz in Öl frittieren, auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Die geschmorten Calamari auf Tellern anrichten, die frittierten Tentakel oben drauf setzen. Dazu passt Weißbrot.