5 Νοεμβρίου 2014

Καλαμαράκια του κουτιού κοκκινιστά

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός



Φωτογραφία-Food Styling:Αντωνία Κατή

- **Μερίδες :** 4
- **Χρόνος προετοιμασίας :** 20m
- **Χρόνος ψησίματος :** 30m
- **Έτοιμο σε :** 50m

Όταν βιάζεσαι και λαχταράς κάτι θαλασσινό, δύσκολα βρίσκεται πλάι σου η ψαραγορά με το ό,τι πιο φρέσκο. Μια κονσέρβα καλαμαράκια, αυτή που όλοι θα συνδέουμε για πάντα στο γευστικό μας υποσυνείδητο με την Καθαρά Δευτέρα, είναι μια ιδανική και φθηνή λύση για μια θαλασσινή συνταγή της κάθε στιγμής.

Υλικά

- 2 κονσέρβες καλαμαράκια ολόκληρα, καθαρισμένα από το κόκκαλό τους και στραγγισμένα
- 1 φλιτζάνι ελαιόλαδο
- 2 συσκευασίες ντοματάκι κονκασέ
- 1 κουτ. γλυκού ζάχαρη
- μερικά ντοματίνια σε φέτες
- ½ κρασοπότηρο ούζο

- 2 σκελίδες σκόρδο ψιλοκομμένο
- 1 μικρό ματσάκι μαϊντανό, ψιλοκομμένο
- 1 κουτ. γλυκού ρίγανη
- αλάτι, πιπέρι

Διαδικασία

Βήμα 1

Ζεσταίνετε το ελαιόλαδο σε ένα φαρδύ τηγάνι σε μέτρια φωτιά. Ρίχνετε το σκόρδο και το σοτάρετε πολύ ελαφρά για να μην πικρίσει.

Βήμα 2

Προσθέτετε τα καλαμαράκια και ανακατεύετε. Στη συνέχεια σβήνετε με το ούζο και το αφήνετε να εξατμιστεί.

Βήμα 3

Ρίχνετε τη ντομάτα, τα ντοματίνια, το αλάτι και τη ζάχαρη. Χαμηλώνετε τη φωτιά και αφήνετε τη σάλτσα να δέσει και να πιει τα υγρά της 20 λεπτά περίπου.

Βήμα 4

Κατεβάζετε το φαγητό από τη φωτιά, προσθέτετε τον μαϊντανό και τη ρίγανη και το σερβίρετε ζεστό.

Tip*:* Η συνταγή αυτή ταιριάζει επίσης ωραιότατα πάνω σε ρύζι ή σε κριθαράκι ή σε κοφτό μακαρονάκι.

Συνταγή:Ελένη Ψυχούλη

Πηγή: olivemagazine.gr