12 Απριλίου 2016

Καλαμάρι γεμιστό

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός

Image not found or type unknown

recipe_main_akis_petretzikis_kalamari Image not found or type unknown

Συστατικά

Για το λαδόλεμονο

- 1 κ. σ. μέλι
- ½ κ.σ. μουστάρδα απαλή
- χυμό και ξύσμα απο 2 λάιμ
- 150 ml ηλιέλαιο
- ½ τσίλι ψιλοκομμένο
- 2 κ.σ. φρέσκα φύλλα κόλιανδρου ψιλοκομμένα
- φέτες λάιμ

Για τα καλαμάρια

- 4 καλαμάρια (200 γρ. το ένα)
- 1 μεσαίο ξερό κρεμμύδι,ψιλοκομμένο
- ½ σκ. σκόρδο
- 1 κ.σ. κόλιανδρο ψιλοκομμένο
- 50 ml ούζο
- 200 γρ. ρύζι γλασέ
- 400 ml ζωμό λαχανικών ζεστό
- ξύσμα και χυμό από ½ λεμόνι
- 1 κ.σ. βούτυρο
- θυμάρι ψιλοκομμένο
- λαδολέμονο για σερβίρισμα

45 λεπτά
Χρόνος Εκτέλεσης

Shares 5606bf075942176c08f602bcfddfb1eae4f9ffc25749ab7454da85f803864740
Image not found or type unknown
2-4
Μερίδα/ες

Difficulty ff7c9d703c99daf2ec2af59a591ebe31b6bd74796afe6167236e1316b56ed4a6
Image not found or type unknown

2
Βαθμός Δυσκολίας
Μέθοδος Εκτέλεσης

Για το λαδολέμονο

- Ψιλοκόβουμε το τσίλι και τον κόλιανδρο.
- Σε ένα μπολ βάζουμε το μέλι, τη μουστάρδα και το χυμό απο το λάιμ.
- Με ένα σύρμα χειρός ανακατεύουμε λίγο μέχρι να ομοιογενοποιηθεί το μειγμα και σιγά σιγά ρίχνουμε το ηλιέλαιο ανακατεύοντας συνεχώς. Διορθώνουμε αλατοπιπερώνοντας. Προσθέτουμε τον κόλιανδρο και το τσίλι. Αν σφίξει πολύ, ρίχνουμε λίγο νερό για να το αραιώσουμε.

Για τα καλαμάρια

- Προθερμαίνουμε το φούρνο μας στους 180 βαθμούς.
- Ψιλοκόβουμε τα πλοκάμια και τα πτερύγια από τα καλαμάρια. Κόβουμε και το εσωτερικό μέρος από τα καλαμάρια και το αφήνουμε στην άκρη.
- Σοτάρουμε τα πλοκάμια και τα πτερύγια. Σβήνουμε με ούζο και αφαιρούμε το ζουμί από το τηγάνι.
- Προσθέτουμε το κρεμμύδι ψιλοκομμένο και το σκόρδο ψιλοκομμένο.
- Μαγειρεύουμε για 2 λεπτά και ρίχνουμε το ρύζι και σοτάρουμε για 1 λεπτό μέχρι να τραβήξει την πρώτη υγρασία από το κρεμμύδι και τα αρώματα από το καλαμάρι και το ούζο.
- Προσθέτουμε και το ζεστό ζωμό σταδιακά.
- Σιγοβράζουμε μέχρι να τραβήξει το ρύζι όλο το ζουμί περίπου 20 λεπτά.
- 5 λεπτά πριν το τέλος, προσθέτουμε και το κομμένο μέρος από το εσωτερικό του καλαμαριού.
- Όταν είναι έτοιμο και έχει χυλώσει το ρύζι, αφαιρούμε από τη φωτιά , Ρίχνουμε μέσα 1 κ.σ. βούτυρο, ψιλοκομμένο φρέσκο κόλιανδρο, ξύσμα και χυμό από μισό λεμόνι και αλατοπιπερώνουμε.
- Γεμίζουμε με αυτό το μείγμα τα καλαμάρια μας.
- Κλείνουμε το στόμιο από τα καλαμάρια με 1 οδοντογλυφίδα.
- Ζεσταίνουμε ένα τηγάνι στο οποίο έχουμε βάλει να κάψει λίγο ελαιόλαδο.
- Σοτάρουμε τα καλαμάρια από όλες τις πλευρές να πάρουν χρώμα για 2 λεπτά.
- Βάζουμε σε ένα ταψί, τα χαράσσουμε από την πάνω πλευρά, βάζουμε 1 κομματάκι βούτυρο στο καθένα, λίγο ψιλοκομμένο θυμάρι , αλατοπιπερώνουμε και ψήνουμε για 5 λεπτά.
- Σερβίρουμε με λαδολέμονο από πάνω.

Πηγή: akispetretzikis.com