Calamares rellenos



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Langostinos: 300 g
Calamares: 4 Unidades
Sal y Pimienta: A gusto
Aceite De Oliva: 1 cda.
Limon: ½ Unidad
Zucchinis: 2 Unidades
Azafrán: 1 Cápsula
Tomillo: A gusto
Ajo: 1 Diente
Zanahoria: 1 Unidad
Cebolla Morada: 1 Unidades

Guarnición I

Morrones rojos: 2 Unidades
Sal y Pimienta: A gusto
Aceto balsámico: 1 cda.
Alcaparras: 1 cda.
Ajo: 1 Diente
Aceite De Oliva: 1 cda.

Guarnición II

Espinaca: 1 Paquete
Sal y Pimienta: A gusto
Ajo: 1 Diente
Tomates: 2 Unidades
Aceite De Oliva: 1 cda.

Varios

Tomillo: A gusto

Vinagreta

Sal y Pimienta: A gusto
Aceto balsámico: 1 cda.
Aceite De Oliva: 45 cc

Preparación de la Receta

- Limpie los calamares.
- Corte la *cebolla* en *brunoise*.
- Pique finamente la *cebolla*.
- Pique finamente el *ajo*.
- Corte la piel del *zucchini* en *brunoise*.
- Ralle la cáscara del *limón*.
- Pele los *langostinos*, elimine las cabezas, las colas y la vena del *lomo*.
- Pique finamente los *langostinos*.
- En una sartén caliente con aceite de oliva dore el *ajo*.
- Agregue la *cebolla*, la *zanahoria* y rehogue.
- Añada la ralladura de *limón*, el *azafrán*, el *tomillo* y continúe con la cocción.
- Incorpore el *zucchini*, sal, pimienta y saltee durante 2 minutos.
- En un bowl mezcle las verduras con los *langostinos* picados.
- Rellene los calamares y disponga sobre una placa aceitada.
- Salpimente y cocine en el horno caliente durante 3 a minutos aproximadamente.

Guarnición I

- Ase los morrones en el horno, pele y extraiga las semillas.
- Corte los morrones en tiras.
- Filetee el *ajo*.
- En una sartén con aceite de oliva dore el *ajo*.
- Incorpore los morrones, sal, pimienta y saltee durante 2 minutos.
- Agregue las *alcaparras* y cocine durante 1 minuto más.
- Deglase con el aceto balsámico.

Guarnición II

- Filetee el *ajo*.
- Corte el *tomate* en *concassé* y reserve.
- En una sartén con aceite de oliva dore el *ajo*.
- Incorpore las hojas de *espinaca*, sal y saltee rápidamente.
- Condimente con pimienta

Vinagreta

- En un bowl mezcle el aceite, sal, pimienta y aceto balsámico.

Presentación

- En el centro de un plato forme un colchón con los morrones, alrededor las espinacas y el *tomate concassé*, encima sirva el *calamar* cortado al medio al sesgo.
- Rocíe con la vinagreta.
- Decore con *tomillo*.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/calamares-rellenos-5