

# Ensalada de calamar con caraway

Tiempo de preparación: 30 Min



## Ingredientes

### Croutones de pan

**Pan lactal negro:** 4 Rodajas

**Perejil:** 2 cdas.

**Romero:** 1 Rama

**Manteca derretida:** 2 cdas.

**Sal y Pimienta:** A gusto

### Tempura de calamares

**Sal:** A gusto

**Semillas de comino:** 1 cda.

**Cerveza:** 1 Taza

**Claras de huevo:** 2 Unidades

**Harina:** 1 Taza

**Aceite para freir:** Cantidad necesaria

**Cúrcuma:** 1 cda.

**Tubos de calamar limpios:** 4 Unidades

### Tentáculos salteados

**Paprika:** 1 cda.

**Aceite De Oliva:** Cantidad necesaria

**Tentáculos de calamar:** 4 Unidades

**Sal y Pimienta:** A gusto

**Ajo:** 1 Diente

### Varios

**Mezclum de Hojas Verdes:**

### Vinagreta de curry

**Curry:** 1 cda.

**Miel:** 1 cda.

**Vinagre de jerez:** 1 cda.

**Aceite Vegetal:** 3 cdas.

# Preparación de la Receta

## Tempura de calamares

- Corte los tubos de **calamar** en ruedas.
- En una olla con agua hirviendo con sal cocine los calamares durante 30 minutos, retire y pase por agua helada.
- Seque bien sobre papel absorbente.
- Prepare un *tempura* batiendo las claras a nieve.
- Mecele la *harina* con cerveza hasta lograr una mezcla espesa.
- Añada sal, *cúrcuma*, semillas de *comino*, e incorpore las claras en forma envolvente.
- Pase los aros de *calamar* por la mezcla de *tempura* y fría en abundante aceite caliente.
- Retire y escurra sobre papel absorbente.

## Croutones de pan

- Pique las hierbas y coloque en un bowl, añada *manteca* sal y pimienta.
- Corte el pan en cubitos y pase por la mezcla anterior.
- Coloque en una placa y lleve a horno a 200grados hasta *dorar*.

## Vinagreta de curry

- En una olla coloque el aceite y el *curry* y cocine unos minutos para aromatizar.
- Retire y cuele con un papel absorbente para obtener solo el aceite.
- Coloque en un bowl este aceite, añada el *vinagre* de jerez, miel y mezcle hasta emulsionar.

## Tentáculos salteados

- Pele y corte el *ajo* en láminas.
- En una sartén con aceite de oliva caliente saltée los tentáculos junto con el *ajo* y la *pàprika*. Salpimiente.

## Presentación

- Corte las lechugas, condimente con el aderezo, añada los aros de *calamar*, lo croutones y termine con los tentáculos salteados.
- Acompañe con *jugo* de *zanahoria* y *naranja* exprimidos.

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/ensalada-de-calamar-con-caraway>