

La Recepta de l'Escola de Turisme del Baix Penedès

Calamars farcits

Ingredients (per a 4 persones):

- 8 calamars mitjans
- 100 g de cap de llom picat
- 1 ou
- 1 ou dur
- 1 ceba mitjana
- 25 g de pinyons
- 3 tomàquets madurs
- 1 llesca de pa remullada amb llet
- 1 copa de vi blanc
- 1 raig de brandi
- 1 cullerada de farina
- Sal i pebre blanc

Elaboració:

- Netegeu bé els calamars i separeu-ne les aletes i les potes, que picareu finament amb un ganivet. Prepareu el farcit: sofregiu una mica de ceba; després afegiu-hi la carn picada, les aletes i les potes, els pinyons, l'ou dur, la molla de pa i per últim l'ou batut. Rectifiqueu la sal i el pebre i farciu els calamars amb aquesta preparació. Per tancar-los, feu servir escuradents. Tot seguit enfarineu-los i enrossiu-los en una cassola amb una mica d'oli. Un cop daurats, retireu-los i reserveu-los. Amb el mateix oli, sofregiu la ceba tallada ben petita i, quan sigui rossa, afegiu-hi el tomàquet ratllat. Quan el tomàquet agafi una mica de color, afegiu-hi la cullerada de farina i remeneu-ho una mica. Tot seguit, afegiu-hi el vi blanc, deixeu-ho reduir una mica i incorporeu-hi els calamars i el fumet de peix. Deixeu que faci xup-xup una estona, a foc lent (30 minuts, aproximadament). Rectifiqueu la sal i el pebre i ja estarà a punt.



Tel. 977 68 29 38
Av. Palfuriana, 104 (Alberg Sta. M. del Mar)
43880 Coma-ruga - El Vendrell