



GEFÜLLTE TINTENFISCHTUBEN

Jörg Gade

Intendant des Theaters für Niedersachsen
(TfN)



Zutaten ↓		Zubereitung ↓
10 Kalamare, 15-18 cm lang	vom Händler ausgenommen, waschen und säubern: Fangarme entfernen, Schnabel am Ansatz herausdrücken und abschneiden, Schulp aus dem Körperbeutel ziehen, violett gefleckte äußere Haut des Beutels abziehen. Einige Zeit in Eiswasser legen.	2. Die gefüllten geschlossenen Tuben in dem restlichem heißen Öl im Beisein der Fangarmen bei mittler Hitze rundrum gut bräunen. Vorher die Haut eine paar Mal einstechen. Mit Wein ablöschen und alles 1 Stunde köcheln lassen. Gelegentlich wenden. In Scheiben schneiden und Servieren.
Fangarme	direkt über den Augen abscheiden, waschen, kleinschneiden	
500 g mittelgroße Garnelen	dritteln	1. Alles auch einen Teil der Fangarme mit der Hälfte des Öls vermischen. Damit die Tintenfischtuben füllen und mit einem Zahnstocher schließen.
gut 2 Esslöffel glatte Petersilie	waschen und hacken	
2 Knoblauch- zehen	schälen und hacken	
60 g Semmelbrösel		
Pfeffer und Salz		
170 ml Olivenöl		
300 ml trockener Weißwein		

Dazu Salat mit Dressing nach Wahl und Brot.



Guten Appetit!