

GEVULDE CALAMARES IN TOMATENSAUS

Benodigheden (4 personen)

-8 middelgrote inktvisjes -1 grote Spaanse ajuin -4 tenen knoflook - laurierblad -sherry -3 eieren -100 g gedroogde ham (vb Serano) -5 groene olijven -koriander -peterselie -peper en zout

Bereidingswijze

-inktvissen kuisen, tentakels afsnijden en opzij zetten
-eieren hard koken
-ajuin, look, olijven en ham fijn snijden
-ajuin, look en laurierblad stoven in olijfolie op een zacht vuur
-laurierblad verwijderen
-fijngesneden tentakels, ham, fijngehakte peterselie en olijven toevoegen en even laten stoven
-een flinke scheut sherry er over gieten en laten inkoken
-fijngehakte koriander er bij doen
-van het vuur nemen en de fijngeprakte hardgekookte eieren er onder mengen
-op smaak brengen met peper en zout
-inktvissen vullen met dit mengsel, niet te vol steken want ze krimpen nog tijdens het koken, opening sluiten met een tandenstoker
-de gevulde inktvissen in de tomatensaus een 20-tal minuten stoven tot ze mals zijn

Tomatensaus

Stoof twee fijngesneden sjalotjes aan in wat olijfolie in een kookpot. Voeg een blik gepelde (in stukjes) tomaten van 400 gr toe samen met een flinke scheut rode wijn, mespunt suiker, wat gehakte peterselie, oregano en een laurierblad, kruiden met peper en zout. Dit mengsel ongeveer 20 min laten inkoken. Op het einde 2 soepl tomatenketchup toevoegen om de saus wat meer body te geven.

Dit recept werd klaargemaakt en geproefd op één van de kookavonden van KWB Reet

Voor meer recepten zie <http://www.kwbreet.be>

