



SPANISCHE TAPAS

4 Personen | 1H15 | SCHWIERIGKEIT

ZUBEREITUNG

- Calamares a la romana: Einen Calamar (Tintenfisch) waschen und in Scheiben schneiden. Die Scheiben in Mehl wenden und bei 160 °C 3 bis 5 Minuten frittieren.
- Kandierter Knoblauch: Einen Topf mit etwas kaltem Wasser füllen. Ein paar Knoblauchzehen hineingeben und eine Minute im Wasser kochen lassen. Dann erkalten lassen. Den Vorgang insgesamt viermal wiederholen. Danach den Knoblauch bei 60 °C 1h lang in Petersilienöl anbraten.
- Gefüllter Tintenfisch: Einige kleine Tintenfische waschen, Köpfe ab- und dann kleinschneiden. Alles bei starker Hitze schnell anbraten und dann gehackten Knoblauch und Petersilie hinzufügen. Die Tintentaschen leeren und mit dem Knoblauch und der Petersilie füllen.
- Miesmuscheln mit Paprikaöl: Miesmuscheln traditionell in Weißwein kochen und aus der Schale lösen. Knoblauch hinzugeben. Bei 60 °C 1h in Paprikaöl braten.
- Tapas zusammen mit Tapenaden und Croûtons auf einer Platte anrichten.



Einkaufliste

ZUTATEN

Calamares
 Knoblauch
 Tintenfische
 Petersilie
 Miesmuscheln
 Weisses Wein
 Mehl
 Paprikaöl
 Frittierenöl
 Olivenöl

Les Janelles

www.les-janelles.com

