



Tatort: Düsseldorf | Mallorca

Startseite	Lesungen	El Gustario de Mallorca No. 3	El Gustario de Mallorca No. 2	El Gustario de Mallorca No. 1	Mörderisches Duett
Anthologien	Kulinarische Erlebnisse	Bildergalerie Düsseldorf	Bildergalerie Mallorca	Event buchen	Kontakt / Vita
Restaurants Düsseldorf	Restaurants Mallorca	Rezepte	Esskultur		
Rezepte Mallorca/Spanien		Rezepte Deutschland	Rezepte aus aller Welt		

Gefüllter Tintenfisch - Calamars farcits



(c) stockata.de 0030060-fischmarkt-markt-octopus-tintenfisch

Zutaten:

- 8 Tintenfische mit Fangarmen
- 1 Zwiebel
- 3 EL Öl
- ¼ Liter trockener, kräftiger Rotwein
- 1 Brühwürfel
- 30 g Rosinen

Für die Füllung:

- 4 Knoblauchzehen
- 1 Bund Petersilie
- 1 trockenes Brötchen
- 100 g mageres Kalbshack
- 1 Ei
- ¼ TL Oregano
- 1 Bund Petersilie
- 50 g Pinienkerne
- Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Brötchen in Wasser einweichen. Petersilie und Knoblauch fein hacken. Die zerkleinerten Fangarme des Tintenfisches mit dem Hack gut durchmengen, dann das ausgedrückte Brötchen, das Ei, die Hälfte der Petersilie und des Knoblauchs sowie der anderen Gewürze und die Pinienkerne hinzugeben und nochmals gut durchkneten. Mit dem Gemisch die zuvor gewaschenen Tintenfische füllen.

Die Tintenfische nun in einer Eisenpfanne mit Öl gut anbraten, dann in eine greixonera legen. In dem restlichen Öl die sehr feingehackte Zwiebel, die restlichen Knoblauchzehen anbraten, weichdünsten und mit Wein aufgießen. Den Brühwürfel mit wenig Wasser auflösen, die Rosinen und die restliche Petersilie dazugeben und kurz aufkochen. Das Ganze nun über die Tintenfische geben und die greixonera in den vorgeheizten Ofen schieben. Das Gericht bei 250° C rund 30 Minuten schmoren.

Dazu passt geröstetes Knoblauchbrot ganz ausgezeichnet.

Mehr zu Sepien, Kalamare, Oktopus & Co. finden Sie unter [Esskultur!](#)

Brigitte Lamberts
info@brigitte-lamberts.de

Brigitte Lamberts - Tatort Mallorca bei [Facebook](#)

