

Grilované kalamáry s bermudskou salsou



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 13min
Celkový čas: 33min , Porce: 3

960 kalorií , 0 g cukrů , 50 g tuků , 130 g bílkovin

Autor: Šéfredaktor

Odkaz: <https://srecepty.cz/grilovane-kalamary-s-bermudskou-salsou>

Příprava

Kalamáry omyjeme, očistíme a vysušíme papírovým ubrouskem. Pokapeme je olivovým olejem. Jestliže jsou velké, lehce je po stranách nařežeme ostrým nožem. Na rozpáleném grilu je po všech stranách ogrilujeme, vyjmeme do misky, pokapeme citronovou šťávou a lehce osolíme. Kalamáry by se měly grilovat na rozpáleném grilu, pokud se dělají pomalu, jsou pak gumové. Cibuli oloupeme a nakrájíme na malé kostičky. Česnek oloupeme a nasekáme na plátky. Rajčata nakrájíme na hrubé kostičky. Na rozpálené pánvi na oleji zprudka osmahneme cibuli, přidáme česnek, hořčičná semínka a nahrubo nakrájené jalapeños papričky. Potom přidáme nakrájená rajčata a zalijeme vinným octem. Zalijeme vodou, přidáme rozinky, kmín, oregano, cukr a podusíme cca 3 minuty. Dle chuti osolíme. Přidáme ke grilovaným kalamárům a podáváme nejlépe s čerstvým bílým pečivem.

Ingredience

- ✓ 1 kg čerstvých kalamárů
- ✓ 50 ml olivového oleje
- ✓ šťáva z 1 citronu
- ✓ lžička mořské soli
- ✓ 1 cibule
- ✓ 2 velké stroužky česneku
- ✓ 3 rajčata
- ✓ 2 lžíce sezamového oleje
- ✓ 1 lžička hořčičných semínek
- ✓ 2 jalapeños papričky (konzervované)
- ✓ 25 ml vinného octa
- ✓ 100 ml vody
- ✓ 1 lžička rozinek
- ✓ 1/2 lžičky oregana
- ✓ 1/2 lžičky římského kmínu
- ✓ 1 lžíce cukru
- ✓ sůl dle chuti

Kategorie

Obyčejný den, Léto, Ryby a dary moře, Rodina, Hlavní chod, Svačinka

