



Υλικά (Για 4 άτομα)

1 κιλό καλαμάρια ολόκληρα καθαρισμένα,
2 φρέσκα κρεμμυδάκια ψιλοκομμένα,
1 φλ. μαϊντανό ψιλοκομμένο,
½ φλ. βασιλικό ψιλοκομμένο,
2 σκελίδες σκόρδο πολτοποιημένες (όχι κομμένες),
4 κουταλιές ελαιόλαδο,
1 κουταλιά ντοματοπελτέ,
1½ φλ. κόκκινο κρασί,
1 μικρή πιπερίτσα τσίλι,
Αλάτι, πιπέρι.

Για το ρύζι πιλάφι

3 φρέσκα κρεμμυδάκια,
2 κουταλιές ελαιόλαδο,
1 φλ. ρύζι μακρύκοκκο,
1 κύβο ζωμό λαχανικών,
2 φλ. κοχλαστό νερό,
αλάτι, πιπέρι.

Εκτέλεση

Κόβετε τα καλαμάρια σε ροδέλες και ψιλοκόβετε τα πλοκάμια τους.

Ρίχνετε 2 κουταλιές ελαιόλαδο σε ένα αντικολλητικό τηγάνι και όταν κάψει

προσθέτετε τα καλαμάρια και αφήνετε να σοταριστούν. Στη συνέχεια, τα βάζετε σε ένα σουρωτήρι και τα αφήνετε να στραγγίσουν.

Ακολούθως, σοτάρτε τα κρεμμύδια, τα σκόρδα και τα μυρωδικά μέσα στο υπόλοιπο ελαιόλαδο. Προσθέτετε τα καλαμάρια. Μετά βάζετε τον ντοματοπελτέ και ανακατεύετε καλά για 1-2 λεπτά. Περιχύνετε το φαγητό με το κρασί και αλατοπιπερώνετε. Το αφήνετε να βράσει και βάζετε την πιπερίτσα τσίλι. Ρίχνετε νερό που να σκεπάσει καλά το φαγητό, χαμηλώνετε τη φωτιά και βράζετε για 1 ώρα.

Παράλληλα, ετοιμάζετε το ρύζι. Ρίχνετε το ελαιόλαδο σε ένα μικρό βαθύ τηγάνι και όταν κάψει σοτάρτε τα κρεμμύδια και το ρύζι. Διαλύετε το ζωμό στο κοχλαστό νερό, το προσθέτετε στο φαγητό και αλατοπιπερώνετε. Σκεπάζετε το τηγάνι και βράζετε για 15-20 λεπτά περίπου ή μέχρι να μαλακώσει το ρύζι. Κατά διαστήματα ανακατεύετε για να μην κολλήσει.

Βάζετε το ρύζι σε ένα βαθύ μπολάκι και το αναποδογυρίζετε σε ένα γυάλινο πιάτο. Βάζετε γύρω - γύρω τα κρασάτα καλαμάρια και σερβίρετε.

Χρόνος: 1 ώρα και 30 λεπτά / Κόστος: €10,50

Πηγή: like.philenews.com