

Σουπιές κρασάτες με πατάτες

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Χρόνος προετοιμασίας: 25 Λεπτά | Χρόνος μαγειρέματος: 30 – 40 Λεπτά

Σουπιές – 1 κιλό

Νερό – από αυτό που βράζουμε τις σουπιές

Ελαιόλαδο – 100 ml

Κρεμμύδια ξερά – 2 τεμ κομμένα σε φέτες

Πατάτες – 5 τεμ κομμένες κυδωνάτες

Φύλλα δάφνης – 2

Κόκκινο κρασί – 100 ml

Σκόρδο – 1 σκελίδα ψιλοκομμένη

Ντομάτες – 4 ψιλοκομμένες

Ντοματοπολτός – 1 κουταλιά σούπας

Αλάτι-πιπέρι

Κανέλα – 1 πρέζα

Ζάχαρη – 1 πρέζα

οδηγίεςΕύκολες σουπιές σε συνδυασμό με πατάτες!

Καθαρίζουμε τις σουπιές, τις βράζουμε για 5 λεπτά σε λίγο αλατισμένο νερό μαζί με ένα φύλλο δάφνης και τις κόβουμε σε κομμάτια μικρότερα. Σοτάρουμε στο ελαιόλαδο τα κρεμμύδια, το σκόρδο και τις πατάτες για 5 λεπτά και προσθέτουμε

τις σουπιές. Τα σοτάρουμε όλα μαζί, σβήνουμε με το κρασί, αφήνουμε λίγο να εξατμιστεί και προσθέτουμε τις ψιλοκομμένες ντομάτες και όλα τα υπόλοιπα υλικά. Βάζουμε όσο νερό χρειαστεί από αυτό που χρησιμοποιήσαμε για να βράσουμε τις σουπιές κι αφήνουμε να ψηθούν μέχρι να μαλακώσουν οι σουπιές κι οι πατάτες. Είναι έτοιμο να το σερβίρουμε και να το απολαύσουμε.

Πηγές: chefoulis.gr- clickatlife.gr