

10.- Calamars amb ceba

<http://www.receptesdelaquima.cat/Inici/calamars%20amb%20ceba.html>

La recepta que us presento a continuació és una de les més senzilles que hi ha per cuinar els calamars i dona un resultat excel·lent. A més, es pot aprofitar l'època en que els calamars de la zona van més barats i un cop cuinats congelar-los. També es pot fer amb calamars congelats.

Ingredients per a 4-6 persones

1 Kg de calamars grossos (700 g un cop nets)

4-6 cebes

oli d'oliva

pebre negre

Elaboració

Netejar els calamars i tallar-los en anelles no gaire amples. Tallar les potes i les aletes a trossos d'uns 3 cm de llarg aproximadament. Posar oli d'oliva en una cassola fins que cobreixi bé el fons. En un costat posar-hi els calamars. Pelar les cebes, tallar-les per la meitat i després fer-ne rodanxes ben estretes (d'uns 2 mm). Anar posant la ceba a l'altre meitat de la cassola. Quan ens sembli que tenim el mateix volum de ceba que de calamars voldrà dir que tenim la proporció adient dels dos ingredients.

Barrejar-ho amb una cullera de fusta, afegir-hi mig vas d'aigua i una mica de pebre negre i posar-ho a coure mig tapat a foc no gaire alt. Remenar-ho de tant en tant i quan s'hagi evaporat quasi tota l'aigua tancar el foc. Es poden menjar acompanyats amb pa o amb arròs blanc.