

# Idée recette

## Calamars farcis à la sauce tomate façon sicilienne

Plat principal - 4 personnes  
Préparation: 20 minutes | Cuisson: 30 minutes



### Ingrédients

- 4 tubes de calmars EPIC
- 300 grammes de chapelure
- 4 cuillères à soupe de câpres
- Huile d'olive
- Poivre et sel
- 2 gousses d'ail
- Basilic et persil plat frais
- 100 grammes de pecorino ou de parmesan râpé
- 800 grammes de coulis de tomate (passata)
- 1 oignon, haché
- 1 piment
- 60 ml de vin blanc

### Préparation

Préparer d'abord la sauce. Faire revenir l'oignon et l'ail dans un peu d'huile d'olive. Ajouter le vin blanc. Ajouter le piment et la passata de tomates avec un peu de basilic. Assaisonner avec du sel et du poivre.

Remplir les tubes de calmar d'un mélange d'herbes hachées, de chapelure, de fromage et de câpres hachées.

Faire frire les tubes de calmar dans un peu d'huile d'olive, puis les faire mijoter dans la sauce.

Servir avec du riz ou du pain.



#### Tubes d'encornet Code d'article =ILXT

Illex argentinus	U/5 pc/unité	700 et 800g
	U/6 pc/unité	800g
	U/10 pc/unité	800g
Dosidicus gigas	U/5 pc/unité	800g
Nototodarus sloanii	U/5 pc/unité	800g

(12/carton)