

Rezeptidee

Gefüllter Tintenfisch mit Tomatensauce sizilianischer Art

Hauptgericht - 4 Personen

Vorbereitung: 20 Minuten | Zubereitung: 30 Minuten



Zutaten

- 4 Tintenfisch-Tuben EPIC
- 300 Gramm Semmelbrösel
- 4 Esslöffel Kapern
- Olivenöl
- Salz und Pfeffer
- 2 Knoblauchzehen
- Frisches Basilikum und glatte Petersilie
- 100 Gramm geriebener Pecorino oder Parmesan
- 800 Gramm Passata Tomatensauce
- 1 Zwiebel, gehackt
- Chili-Pfeffer
- 60 ml Weißwein

Zubereitung

Zuerst die Sauce zubereiten. Zwiebel und Knoblauch in etwas Olivenöl dünsten. Mit Weißwein ablöschen. Den Tomatenpassata, Chili-Pfeffer und etwas Basilikum dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Füllen Sie die Tintenfisch-Tuben mit einer Mischung aus gehackten Kräutern, Semmelbröseln, Käse und gehackten Kapern. Diese in etwas Olivenöl anbraten und dann in der Sauce köcheln lassen. Mit Reis oder Brot servieren.



Tintenfischtuben Artikelcode =ILXT

Illex argentinus	U/5 St/Einheit	700 und 800G
	U/6 St/Einheit	800G
	U/10 St/Einheit	800G
Dosidicus gigas	U/5 St/Einheit	800G
Nototodarus sloanii	U/5 St/Einheit	800G

(12/Karton)