

Illes Balears

Temps



1h 30'

Racions



8

Al·lèrgens

- Peix
- Crustacis
- Sulfit
- Ou
- Cereals amb gluten
- Llet

Alternatives

- Sense gluten
- Sense lactics

Calamars farcits

Ingredients

- 1 kg calamars sencers petits
- 1 kg carn picada mixta (vedella i porc)
- 2 ous
- 1 all picat
- 1 grapat de fulles de julivert fresc picat
- 1 grapat de pinyons
- 1 grapat de panses sultanes (petites)
- 1 llesca de pa
- 1 rajolí de llet
- Sal i pebre
- Farina, per arrebossar
- Oli d'oliva extra
- Escuradents per tancar els calamars

Ingredients par a la salsa

- 500 g ceba
- 70 g oli d'oliva verge extra
- 300 g tomàquet natural triturat
- 2 alls
- 60 g de brandi
- 80 g de vi blanc
- Brou de peix
- Un grapat de pinyons
- Un grapat de panses sultanes (petites)
- Pebre
- 800 g aigua
- 4 ametlles crues picades

Elaboració

1. Per fer la salsa, piqueu la ceba i sofregiu-la en una paella amb l'oli durant uns 10 minuts a foc suau i fins que es dauri i quedi melosa.
2. Incorporeu-hi el tomàquet natural triturat, els grans d'all sencers, mig got de brou, el pebre, el brandi i el vi.
3. Cuinar a foc mitjà-baix uns 15-20 minuts. Abocar la salsa en una altra olla gran (on càpiguen els calamars). Reservar-ho.
4. Netejar bé els calamars per dins i per fora. Separar els tentacles i picar-los a trossets petits, picar també els calamars que estiguin trencats o foradats. Reservar aquests trossets per barrejar-los amb la carn.
5. En un bol gran preparar el farciment dels calamars. Posar la carn picada, els dos ous, l'all picat fi, el julivert, el grapat de pinyons i panses, la llesca de pa mullada amb llet, els tentacles i calamars trossejats que teníem guardats, la sal i el pebre. Barregeu-ho bé (millor amb les mans), fins que tots els ingredients estiguin repartits de forma homogènia.
6. Introduir el farciment en una mànega pastissera o emplenar els calamars a mà o amb una cullera. Omplir els calamars d'un en un i tancar-los amb un escuradents. Amb la carn picada sobrant formar mandonguilles grans.
7. Enfarinar els calamars farcits i les mandonguilles. Fregir en oli (volta i volta). Utilitzar una tapa per fregir els calamars perquè esquitxen molt.

! Aquests guisats estan molt millor si es cuinen d'un dia per l'altre i se serveixen reescalfats a foc suau.

Elaboración

8. Disposeu tots els calamars i mandonguilles fregits dins l'olla on s'ha guardat la salsa. Poseu 800 g d'aigua, les panses, els pinyons i la picada d'ametlles.

9. Cuinar a foc baix uns 40 minuts, fins que la salsa s'hagi reduït. Deixeu-ho reposar abans de servir.

Se solen servir acompanyats d'arròs o patates. En altres versions d'aquesta recepta també es cuinen al forn.

Alternatives

Per a la versió sense gluten, substituir el pa per pa sense gluten com el de fajol i la farina per arrebossar, per farina sense gluten d'arròs, blat de moro o una altra.

Per a la versió sense lactis es pot fer servir beguda vegetal d'ametlla o civada per remullar el pa.

Els calamars farcits són un plat típic per a les festivitats a les Balears, sobretot per Nadal, quan és plena temporada del calamar