

**Creador:** Marcos Blanco **Recetizador:** Herminia Ruiz G



## Descripción:

Receta sana y equilibrada que les encatará a los niños.

**Tiempo:** 1h y 30min

**Dificultad:** Intermedia

**Tipo de plato:** Segundo plato

**Tipo de cocina:** Normal

**Otros:** Cocina Creativa

**Coste:** Medio

**El truco de esta receta:**

Añadir al relleno aceitunas verdes o rellenas de anchoa picadas.

## Ingredientes para 4 personas :

- 1 K de Calamares
  - 100 gr de Jamón Serrano
  - 1 Cebolla
  - 2 Tomates maduros
  - 1 vasito de Vino blanco
  - Harina
  - Aceite de Oliva
  - Sal
- 

## Preparación:

### Paso 1

*Limpiar y lavar bien los calamares, quitarles la piel y darles la vuelta. Picar los tentáculos y las aletas junto con el jamón, en trocitos menudos y sofreír todo en una sartén con aceite.*

### Paso 2

*Cuando esté bien sofrito sazonar y dejar enfriar. Rellenar con esta mezcla los calamares y cerrar con un palillo para evitar que el relleno se salga.*

### Paso 3

*En una cacerola con aceite, se rehoga la cebolla finamente picada y cuando esté dorada añadir los tomates triturados y el vasito de vino blanco. Dejar cocer hasta que se evapore el vino y se incorporan los calamares rellenos.*

### Paso 4

*Rectificar de sal, tapar y dejar cocer tapado a fuego lento hasta que los calamares estén tiernos.*