

Calamares Rellenos de Rape y Gambas



Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: La oveja negra **Recetizador:** nuria nuria



Descripción:

Tiempo: 1 hora

Dificultad: Intermedia

Tipo de plato: Segundo plato

Tipo de cocina: Normal

Otros: Cocina Saludable

Coste: Medio

El truco de esta receta:

Dejar los calamares remojados en leche una vez limpios.

Ingredientes para 4 personas :

- 400 gr de Rape
 - 200 gr de Gambas peladas
 - 4 Calamares
 - 2 Cebolla
 - 1 vasito de Cava Freixenet
 - 2 Zanahorias
 - 4 Tomates triturados
 - 1 vasito de Vino Blanco
 - 4 cucharadas de Leche evaporada La Lechera
 - 2 cucharadas de Pan rallado
 - Sal
 - Aceite de oliva
-

Preparación:

Paso 1

Limpiamos, lavamos bien los calamares y les damos la vuelta, reservando las aletas y los tentáculos.

Paso 2

En una sartén con aceite de oliva, sofreímos el rape junto con las gambas peladas, las aletas, los tentáculos de los calamares y 1/2 cebolla, todo ello muy bien picado.

Paso 3

Cuando esté bien sofrito incorporamos el vasito de cava, sazonamos y dejamos cocer durante 10 minutos.

Paso 4

Rellenamos los calamares con el sofrito y los dejamos reservados.

Paso 5

En una cazuela con aceite de oliva, rehogamos las zanahorias y el resto de la cebolla bien picadas. Cuando esté bien sofrito le añadimos los tomates triturados y mezclamos bien.

Paso 6

Incorporamos el vasito de vino blanco, la leche evaporada y el pan rallado, cocinamos durante unos minutos y rectificamos de sal.

Paso 7

Incorporamos los calamares rellenos y dejamos cocer a fuego medio durante unos 35 minutos.