

Dreierlei vom Tintenfisch

Für zwei Personen

Für die gefüllten Tuben:

6 Tintenfischtuben	2 Salsiccia	1 weiße Zwiebel
1 Knoblauchzehe	150 g Fetakäse	50 g Parmesan
½ Bund Salbei	Öl	Salz, Pfeffer

Für die Sauce:

400 g passierte Tomaten	1 weiße Zwiebel	1 Knoblauchzehe
1 Bund Rosmarin	½ Bund Thymian	Öl
1 getrock. Lorbeerblatt	2 EL brauner Zucker	Salz, Pfeffer

Für die Tintenfischringe:

4 Tintenfischtuben	1 Zitrone	100 g Mehl
400 ml Öl	1 TL Paprikapulver	Salz

Für die Wasabi-Mayonnaise:

1 EL Wasabipaste	1 EL heller Balsamico-Essig	1 Ei, Zimmertemperatur
1 TL scharfer Senf	400 ml Rapsöl	Salz, Pfeffer

Für den Salat:

6 Köpfe der Tintenfischtuben	50 g Belugalinsen	1 Limette
½ Bund Koriander	1 kleines Stück Ingwer	1 rote Chilischote
1 EL Zucker	Salz	

Für die gefüllten Tuben:

Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und feinhacken. Salsiccia vom Darm befreien und mit Zwiebel und Knoblauch in der Pfanne andünsten.

In eine Schüssel füllen. Feta feinhacken, Parmesan reiben und beides zur Masse hinzugeben. Salbei abbrausen, trockenwedeln, feinhacken und hinzugeben. Anschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken und damit die Tintenfischtuben füllen. Mit Öl in der Pfanne anbraten und zum Ziehen lassen in die Tomatensoße geben.

Für die Sauce:

Zwiebel und Knoblauch abziehen, feinhacken und in der Pfanne mit etwas Öl anbraten. Anschließend mit den passierten Tomaten und dem Lorbeerblatt köcheln lassen. Kräuter hinzugeben und beliebig nach Geschmack so lange weiter kochen, bis die Kräuter den Geschmack abgegeben haben. Mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Tintenfischringe:

Tintenfischtuben in kleine Ringe schneiden, salzen und anschließend in Mehl wälzen. In einem Topf mit Öl knusprig ausbacken. Zum Schluss mit Paprikapulver und Salz würzen.

Für die Wasabi-Mayonnaise:

Einen Spritzer Essig, ein Ei, Salz und Pfeffer in einen Mixer geben, kurz mixen und anschließend bei durchgängigem Mixen das Öl langsam hinzugeben bis eine Mayonnaise entsteht. Zum Schluss mit Wasabipaste abschmeckend und in den Kühlschrank stellen.

Für den Salat:

Belugalinsen mit etwas Salz im Wasser bissfest kochen. Tintenfischköpfe anbraten und mit den fertiggekochten Linsen vermengen. Koriander grob hacken und unter die Linsen rühren. Chili von den Kernen befreien und kleinhacken. Ingwer schälen und reiben. Limette halbieren und Saft auspressen. Salat mit Chili, Ingwer, Limettensaft und Salz abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Mattan Shelomo am 09. September 2020