

Mit Chorizo, Couscous gefüllte, gegrillte Calamaretti

Für zwei Personen

Für den Tomatensugo:

500 g Honigtomaten	1 Zwiebel	2 Knoblauchzehen
1 Zitrone, Saft	$\frac{1}{2}$ Bund Rosmarin	$\frac{1}{2}$ Bund Thymian
2 EL Olivenöl	1 TL Zucker	Salz, Pfeffer

Für den geschmorten Fenchel:

1 große Fenchelknolle	$\frac{1}{2}$ Salzzitrone	1 EL Butter
100 ml Limoncello	100 ml Gemüsefond	2 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für die gefüllten Calamaretti:

6 Calamaretti	100 g Chorizo	1 kleine Fenchelknolle
100 g Couscous	2 Zwieback	100 ml Gemüsefond
1 Bund glatte Petersilie	1 EL Olivenöl	1-2 EL Olivenöl
Chili	Salz	Pfeffer

Für die Garnitur: 1 Zweig Basilikum

Für den Tomatensugo: Das Olivenöl in einem Topf bei mittlerer Hitze erwärmen. Zwiebel abziehen, kleinhacken und dazugeben, bis sie weich und durchsichtig ist.

Knoblauch abziehen, feinhacken und hinzu und eine Minute mitbraten.

Honigtomaten hacken und dazugeben. Mit Zitronensaft, Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Alles aufkochen, dann Hitze reduzieren und etwa 20 Minuten köcheln lassen, bis die Sauce eingedickt ist.

Kräuter hacken, unterrühren und Sauce beiseitestellen.

Für den geschmorten Fenchel: Olivenöl in einer Pfanne bei mittlerer Hitze erwärmen. Fenchelhälften hinzugeben und braten, bis sie leicht gebräunt sind.

Salzzitrone hacken, hinzugeben und mit Limoncello ablöschen. Flüssigkeit leicht einkochen.

Mit Salz und Pfeffer würzen, Fond hinzugeben und Deckel auf Pfanne legen. Fenchel etwa 15-20 Minuten schmoren lassen, bis er weich ist.

Butter dazugeben und warmhalten.

Für die gefüllten Calamaretti: Couscous gemäß den Anweisungen auf der Packung mit dem Gemüsefond erwärmen. Dann abkühlen lassen.

Chorizo würfeln, gehobelten Fenchel und gehackte Petersilie unter den Couscous mischen. Mit Chili, Salz und Pfeffer würzen.

Calamaretti vorsichtig mit der Couscous-Mischung füllen und Öffnung mit einem Zahnstocher verschließen.

Grillpfanne bei mittlerer bis hoher Hitze erhitzen und die gefüllten Calamaretti leicht mit Olivenöl einpinseln.

Calamaretti in der Grillpfanne mit Öl rundherum anbraten, bis sie gar und leicht gebräunt sind, etwa 4-5 Minuten pro Seite.

Zwieback zerkleinern, anrösten und auf die Calamaretti streuen.

Für die Garnitur: Blätter abzupfen und als Garnitur verwenden.

Svetozar Savi am 14. August 2024