



Gebratener krake mit süßkartoffelpüree



Categoria
Peixe



Tempo de preparação
Demorado



Dificuldade
Médio



Custo
Medium




Com quem?
Mit der Familie



Nº de pessoas
4 pessoas

Ingredientes

 100ml Gallo Portweinessig

 200ml Gallo Natives
Olivenöl Extra Clássico

- Gallo Portweinessig-Creme, nach Bedarf
- 800g tintenfisch, gekocht
- 600g süßkartoffeln
- 150g zwiebeln
- 150g rote zwiebeln
- 100g blattspinat
- 150g maisgrieß
- salz und pfeffer, nach Bedarf
- 10g zucker

Modo de preparação

1

Die Süßkartoffeln ungeschält für 35 Minuten bei 180 °C (356 °F) im Ofen garen.

2

Die Zwiebeln in Scheiben schneiden und mit Olivenöl in einer Pfanne schmoren. Mit Salz würzen, mit Zucker bestreuen und Essig darauf geben. Zehn Minuten lang zugedeckt köcheln lassen.

3

Wenn die Kartoffeln gar sind, diese schälen und mit einer Gabel zerdrücken. Die Kartoffeln in einen Kochtopf mit Olivenöl geben und den Spinat hinzufügen. Umrühren, bis der Spinat vollständig gar ist.

4

Den Tintenfisch in große Stücke schneiden, mit Maisgrieß vermischen und goldbraun braten.

5

Den Tintenfisch am besten auf karamellisierten Zwiebeln und der Süßkartoffelpüree anrichten. Für die besondere Note mit etwas Gallo Portweinessig-Creme garnieren.

Produtos utilizados



Portweinessig

Ausgewählte Essigsorten



Clássico

Natives Olivenöl Extra



Mais receitas em

www.galloportugal.com

© 2024 Todos os direitos reservados à Gallo Worldwide