

Calamares Guisados

Calamares Guisados, los calamares son deliciosos pero si son pescados a anzuelo en las rías Gallegas su sabor es inolvidable, sea cual sea su preparación.

Esta receta es la que hacíamos en la casa de Cangas de mi amigo Luis Font, después de ir la noche anterior a pescar los calamares al muelle de Baiona.

ingredientes

- 1 Kg de Calamares de la Ría
- 1 Cebolla grande
- 1 Pimiento Rojo
- 1 Pimiento Verde
- 4 Tomates
- 3 cucharadas de Aceite de Oliva Virgen
- 1 Vaso de Vino Albariño
- Pimienta
- Sal

elaboración Calamares guisados

Lo primero es limpiar los calamares quitándole las vísceras, la boca, los ojos y el cartílago.

Los troceamos y los reservamos.

Partiremos las verduras en trozos y las pondremos a freír a fuego lento en este orden, cebolla pimiento verde, pimiento rojo y tomate, este ultimo habrá que escaldarlo previamente para poder quitarle la piel.

Este proceso llevara su tiempo, en la sartén se irán dorando poco a poco las verduras y no hay que tener prisa.

Ahora llega el momento de incorporar la pimienta, la sal y los calamares, removemos todo el conjunto y seguimos a fuego lento durante al menos 10 minutos.

Incorporamos el vino blanco y esperamos a que se reduzca.

El vino que pongamos en el guiso será definitivo, contra mejor sea mejor será el resultado.

Ya tenemos nuestros calamares guisados, los podremos acompañar con una patatas fritas y el resultado es impresionante.

Medidas:

- Cucharada es una cuchara sopera
- Cucharadita es una cucharilla de postre
- Pizca es un pellizco
- Si no se ponen cantidades es al gusto del cocinero
- Si queréis hacer mas cantidad o menos hacer una simple regla de tres.

Hornos:

- Como siempre las temperaturas y los tiempos dependerán de cada horno, ajustarlas según veáis vosotros.

Terminos:

- **Espumar** = Retirar con una cuchara o espumadera, la espuma que se forma en la superficie de las cocciones.
- **Desglasar** = disolver los jugos de cocción que quedan pegados en el fondo de las ollas.