Calamares en salsa riojana

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

Creador: Aurea Peque **Recetizador:** Ahh

Tiempo: 15 minutos
Dificultad: Fácil
Tipo de plato: Primer plato
Tipo de cocina: Baja en calorías
Otros: Cocina Tradicional
Coste: Económico

El truco de esta receta:
Pon en leche las anillas de calamar sobre media hora y te quedaran muy tiernos

Descripción:

Iniciamos esta nueva faceta con una receta ligera muy baja en grasas y con un sabor increíble unos calamares en salsa riojana espero que os guste a todos y espero vuestros comentarios,también deciros que podéis seguir mi página de facebook para estar al tanto de las publicaciones. Esta es una receta de Ana Sevilla a la que yo he hecho algunos cambios.

Ingredientes para 4 personas :

- 750 gr. de anillas de calamar
- 4 dientes de - 2 Ajos
- 150 cebolla
- 100 pimiento rojo
- 100 pimiento verde
- 125 tomate triturado
- 100 vino blanco
- 30 , aceite de oliva .
- 1 hoja de laurel
- pizca de comino
- 1 cta de sal
- pizca de pimienta blanca
- 1/2 cta de pimentón de la vera
- 50 gr. de chorizo
- medio cubilete de agua
- 100 ml de leche

Preparación:

Paso 1

En un bol ponemos las anillas de calamar limpias con la leche y dejamos macerar una media hora.

Paso 2

Ponemos en el vaso de la thermomix el chorizo en rodajas y programamos 6 segundos velocidad 4 y reservamos. Con el vaso sin lavar ponemos ajo,cebolla en cuartos,pimiento rojo y verde y el aceite trituramos 5 segundos

velocidad 4 y sofreimos 12 minutos varoma,velocidad cuchara. Añadimos el tomate y el vino blanco,programamos 5 minutos,varoma velocidad 1 retiramos el cubilete y ponemos el cestillo para facilitar la evaporación del alcohol.Cuando termine ponemos el cubilete y trituramos unos 10 segundos a velocidad 7 y bajamos los resto.

Paso 3

Sacamos las anillas de calamar de la leche lavamos y sazonamos. Ponemos los calamares,laurel,comino,pimentón,pimienta,10 minutos 100º giro a la izquierda velocidad cuchara. Agua y sal,y chorizo reservado 30 minutos 100º giro a la izquierda velocidad cuchara.

Paso 4

Tendremos un delicioso plato ligero con una exquisita salsa, que podemos acompañar con un arroz blanco,te aseguro que te va a encantar. Emplatamos con arroz blanco y decoramos con unos hilos de chile de Ingredissimo,que aparte de decorar le da un toque picante.