

Calamari fritti

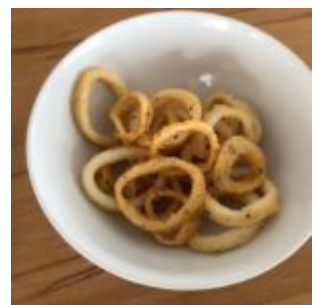
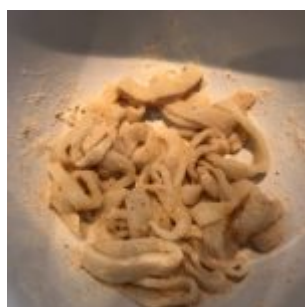
Ich liebe Calamari frittiert so wie man sie im Süden Italiens serviert: nicht im dicken Teigmantel sondern nur von einer dünnen Schicht gewürzten Mehl umhüllt. Und weil ich wieder mal hungrig einkaufen war habe ich beim Fischhändler nicht nur 300 g Lachs für Kind 2 und mich (Sashimi, mein Lieblings 1-Kind Essen ☐ gekauft, sondern zum Probieren auch noch 200 g schon fertig geputzte Tintenfischringerl mitgehen lassen.

Calamari fritti (1 Portion, 10 Minuten)

- 200 g Tintenfischringerl
- 1 Esslöffel Gewürzmehl
- 1 l Sonnenblumenöl

Gewürzmehl (2 Minuten, einfach vermischen)

- 50 g Weissmehl
- 1 Teelöffel Salz, leicht gehäuft
- 1/2 TL Paprikapulver
- 1/2 TL getrockneter Oregano



Die Ringerl trocken tupfen und mit einem Esslöffel Gewürzmehl vermischen. Das Öl auf 180°C erhitzen oder – da mein Thermometer futsch ist- mit einem Holzspiesschen erhitzen bis Bläschen am Ende vom Holz auftauchen. Die Ringerl in 2 Portionen je 90 sec fritieren. Ich habe sie im Ofen bei 80°C

Umluft warmgehalten, das hat Ihnen nicht wehgetan.

Das gab es heute mit einem Klecks Mayonnaise als Vorspeise zum etwas seltsam kombinierten Mittagessen (danach Frittatensuppe und Sushi-Reis knusprig gebraten) . Das ganze Menü kam gut an! Optisch war das eine Portion für einen mässigen Esser, also gibt es die knusprigen Ringerl bald wieder in 4 facher Menge! Und vom Zeitaufwand her ist es ein überraschend schnelles Essen.