



CLUB KOCHENDER MÄNNER  
4310 RHEINFELDEN

### Muschelsuppe

\*\*\*\*\*

### Schwarzer Risotto mit Fisch

\*\*\*\*\*

### Kalmar mit Garnelenfüllung

\*\*\*\*\*

### Crema al Limone

#### Zutaten:

#### Zubereitung:

#### Kalmar mit Garnelenfüllung

1 Stk.	Kartoffel	
4 Stk.	Grosse Kalmare	
300 g	Garnelen	gekocht
2 Stk.	Eigelb	

Gekochte Kartoffel schälen und zerdrücken. Tentakel der Tintenfische abschneiden, in kleine Stücke schneiden und in Salzwasser 3 Minuten blanchieren.

Kartoffel, blanchierte Tentakel, Garnelen und Eigelb in einer Schüssel vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Kalmare mit der Mischung füllen und mit Cocktailspiesschen verschliessen.

4 EL	Olivenöl	
1 Zehe	Knoblauch	

Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, den Knoblauch einige Minuten bräunen und danach entfernen. Die Kalmare in der Pfanne bei reduzierter Hitze 30 Minuten garen.

250 ml	Passierte Tomaten	
1 Zehe	Knoblauch	gepresst
2 EL	Olivenöl	
4 EL	Rahm	
1 Stängel	Glatte Petersilie	gehackt
	Salz, Pfeffer	

Passierte Tomaten in eine Pfanne geben, erhitzen und gepressten Knoblauch und Olivenöl begeben. Aufkochen und mit Salz und Pfeffer rassig würzen.

Den Rahm mit der Tomatensauce vermengen, aufwärmen und die Petersilie hineinstreuen. Die Kalmare in fingerdicke Scheiben aufschneiden, auf die Teller verteilen, die Sauce darüber giessen und servieren.