

Gebratene Calamaretti in Tomaten-Gemüse, Basmati-Reis

Für zwei Personen

400 g Calameretti	150 g Basmatireis	$\frac{1}{2}$ Kopfsalat
$\frac{1}{2}$ Salatgurke	3 große Fleischtomaten	250 g Tomaten
1 Knolle Fenchel	1 Möhre	1 Bund Radieschen
2 Zwiebeln	2 Knoblauchzehen	$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch
$\frac{1}{2}$ Bund Petersilie	$\frac{1}{2}$ Bund Dill	2 Stiele Thymian
50 g Butter	4 EL Weinbrand	10 EL Olivenöl
3 EL Weißweinessig	1 TL Senf	2 EL Tomatenmark
Zucker, Chili	Salz, Pfeffer	

Den Reis in einer ausreichenden Menge Salzwasser gar ziehen lassen. Die Calameretti von Fühlern und Kopf befreien, waschen, trocken tupfen und in feine Ringe schneiden. Von dem Olivenöl vier Esslöffel zusammen mit 25 Gramm der Butter in einer Pfanne erhitzen. Die Calamerettiringe zugeben, salzen und pfeffern und fünf Minuten goldbraun braten. Anschließend mit dem Weinbrand ablöschen und zur Seite stellen. Wasser in einem kleinen Topf zum Kochen. Den Fenchel putzen, den Strunk entfernen, waschen, trocken tupfen, und klein schneiden. Die Möhre schälen und ebenfalls klein schneiden. Die Tomaten in das kochende Wasser geben, herausnehmen, die Haut lösen und die Tomaten fein würfeln. Die restliche Butter in einer weiteren Pfanne erhitzen und den Fenchel sowie die Möhren darin andünsten. Die Fleischtomaten zugeben und ebenfalls dünsten lassen. Das Gemüse anschließend zu den Calameretti geben und für 20 bis 25 Minuten schmoren lassen. Den Kopfsalat waschen, trocken schleudern und zerpfücken. Die übrigen Tomaten waschen, trocken tupfen und klein schneiden. Die Gurke schälen und in Scheiben schneiden. Die Radieschen putzen, waschen, trocken tupfen und ebenfalls in Scheiben schneiden. Den Salat zusammen mit den Tomaten, der Gurke und den Radieschen in einer großen Schüssel vermengen. Den Dill, die Petersilie sowie den Schnittlauch waschen, trocken tupfen, fein hacken und zu dem Salat geben. Den Weißweinessig mit dem restlichen Olivenöl, dem Senf sowie einer Prise Zucker verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und über den Salat geben. Alles gut miteinander vermischen. Die Calameretti zusammen mit dem Reis und dem Salat auf einem Teller anrichten und servieren.

Erika Plösser am 04. September 2013