

Gozatu!

Txipirones a lo Pelayo – baskische Tintenfische mit Zwiebeln

Vorbereitung: 30 Minuten · Zubereitung: 55 Minuten · Ergibt: 4 Portionen

Zutaten

- 800 g kleine Tintenfische, küchenfertig, mit Tentakeln
- 4 große weiße Zwiebeln oder milde Frühlingszwiebeln
- 2 grüne Spitzpaprika
- 2 Knoblauchzehen
- 100 ml trockener Txakoli oder trockener Weißwein
- 6 EL Olivenöl Extra Virgen
- Salz
- Etwas glatte Petersilie

Zubereitung



1. Tintenfische vorbereiten

Tintenfische innen und außen säubern, das durchsichtige Schwert entfernen und kalt abspülen. Tuben und Tentakel sehr sorgfältig trocken tupfen.



2. Gemüse schneiden

Zwiebeln halbieren und in dünne Streifen schneiden. Paprika entkernen und ebenfalls längs in feine Streifen schneiden. Knoblauch fein hacken.



3. Zwiebeln und Paprika schmoren

Vier Esslöffel Öl in einer breiten Pfanne erhitzen. Zwiebeln, Paprika, Knoblauch und eine Prise Salz bei niedriger bis mittlerer Hitze 35 bis 45 Minuten weich und leicht goldgelb schmoren.



4. Txipirones kurz anbraten

Eine zweite schwere Pfanne sehr heiß werden lassen. Restliches Öl zufügen und die Tintenfische portionsweise je etwa 60 bis 90 Sekunden kräftig anbraten. Leicht salzen und herausnehmen.



5. Mit Txakoli verbinden

Alle Tintenfische zum geschmorten Gemüse geben. Txakoli angießen und bei mittlerer Hitze 3 bis 5 Minuten einkochen, bis die Flüssigkeit leicht bindet.



6. Abschmecken und servieren

Vom Herd nehmen, 3 Minuten ruhen lassen und mit Salz abschmecken. Mit gehackter Petersilie bestreuen und sofort mit Brot servieren.

Wichtige Tipps

- Die Tintenfische müssen vor dem Braten wirklich trocken sein, sonst ziehen sie Wasser.
- Pfanne nicht überfüllen: in zwei oder drei Portionen braten.
- Zwiebeln langsam garen; sie sollen weich und süß, aber nicht dunkel karamellisiert sein.
- Tintenfisch wird zart, wenn er sehr kurz oder sehr lange gart. Die kurze Methode passt hier am besten.

Dazu trinken

Ein gut gekühlter Getariako Txakolina greift die Küstenherkunft auf und balanciert die Süße der Zwiebeln.