Garnelen-Calamari mit Tomaten

Die gebratenen Garnelen-Calamari mit Tomaten sind eine delikate Speise für Liebhaber der kleinen Meeresfrüchte.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 20 min

Gesamtzeit: 35 min



Zutaten

1 EL	Olivenöl extra vergine
2 Stk.	Knoblauchzehe
0.5 Stk.	Zwiebel
100 ml	Weißwein, trocken
100 g	Cocktailtomaten
150 g	Garnelen
150 g	Calamari
1 Handvoll	Spinat (oder Mangold)
	Salz und Pfeffer

Zubereitung

1. Für die **gebratenen Garnelen-Calamari mit Tomaten** die Zwiebel und Knoblauchzehen schälen und fein zerhacken. Den frischen Blattspinat waschen und zerschneiden. Das Olivenöl in einer Bratpfanne auf mittlere Temperatur erhitzen, Zwiebel und Knoblauch glasig andünsten und mit Weißwein ablöschen.

2. Die Cocktailtomaten halbieren, zugeben und einige Minuten anbraten. Die Garnelen, Calamari und Spinat hinzugeben, Hitze erhöhen und zirka 3 Minuten braten. Nun die Garnelen-Calamari-Tomaten mit Salz und Pfeffer würzen und servieren.

Tipp

Zu den Garnelen-Calamari mit Tomaten ein frisch gebackenes Weißbrot, Ciabatta oder Baguette

reichen.