Gebratene Tintenfische

Die gebratenen Tintenfische sind ein wahrer Genuss für Liebhaber der beliebten Meeresfrüchte. Ein schnelles und einfaches Rezept.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 10 min

Koch/Backzeit: 5 min

Gesamtzeit: 15 min



Zutaten

600 g	Tintenfische (küchenfertig)
4 Stk.	Knoblauchzehe
1 Stk.	Chilischote
4 EL	Olivenöl extra vergine
1 Stk.	Zitronen (Saft davon)
1 Prise	Pfeffer (weiß)
1 Prise	Salz
Nach Belieben	Kräuter

Zubereitung

1. Für die **gebratenen Tintenfische** die Knoblauchzehen schälen und klein zerhacken. Die Chilischote entkernen und zerkleinern.

2. Das Olivenöl extra vergine in einer Pfanne erhitzen. Die küchenfertigen Tintenfische anbraten, Knoblauch und Chili zugeben. Jetzt die Hitze reduzieren und weitere 2 Minuten braten.

3. Mit frisch gepressten Zitronensaft beträufeln und mit weißem Pfeffer und Salz würzen. Je nach Belieben mit frischen Kräutern bestreuen.

Tipp

Die Tintenfisch mit Zitronenspalten garnieren und mit Ofenkartoffeln oder frischem Baguette anrichten: