

Inktvis



Voorgerecht

vis

4 personen

Land: Portugal

Bereidingstijd: 30 minuten

Seizoen: februari t/m augustus



Ingrediënten

- 2 rode paprika's (als je haast hebt kun je ook goede paprika's uit een pot nemen)
- 50 g rucola
- 1 el witte balsamico azijn
- 3 el extra vergine olijfolie + voor erover
- 4 inktvissen (Je kunt hiervoor ook de lijfjes of tubes gebruiken, die zijn al helemaal schoongemaakt).
- 1-2 el milde olijfolie
- ½ gezouten ingemaakte citroen (Turkse winkel) alleen de schil in piepkleine blokjes
- 1 volle el kappertjes
- zout & peper

Bereidingswijze

1. Rooster de paprika's boven een gasvlam rondom, totdat de schil zwart blakert en het vruchtvlees iets zachter is. Je kunt ze ook in de oven op 220°C in ± 15-20 min. roosteren. Laat de paprika's in een plastic zakje iets afkoelen en trek dan de schillen eraf. Verwijder de zaadlijsten en snijd de paprika in stukken. Meng de rucola, paprika, balsamico en extra vergine olijfolie en verdeel over borden.
2. Maak de inktvissen schoon (zie onder) Bestrijk ze met wat olie en grill of bak ze in een (liefst gietijzeren, maar nooit een pan met anti baklaag) koekenpan of grillpan 2 min. per kant. Voeg evt. na het keren nog wat olie toe. Breng de vis op smaak met grof gemalen zwarte peper, zout, extra vergine olijfolie en de ingemaakte citroen. Verdeel de inktvis over de salade bestrooi met de kappertjes en serveer.

Tenslotte

In het Middellands Zeegebied zijn ze dol op inktvis. En terecht. In Nederland leren we het beestje met de tentakels steeds meer kennen. Maar hoe kun je inktvis schoonmaken? Laat diepvriesinktvis eerst ontdooien, dat gaat goed in een grote bak met koud water. Trek voorzichtig de kop met tentakels en ingewanden uit de inktvis. Voel goed tijdens het trekken, zodat je in één keer alles meetrekt en je de boel niet stuktrekt. Snijd de tentakels net onder de ogen van de kop af. Trek de harde bek weg tussen de tentakels, dit gaat goed als je met je vinger van onder de tentakels het harde deel naar boven drukt. Trek de harde rugpen, dat lijkt op een plastic staafje, uit het lijfje. Trek het paarsige vlies eraf, dat gaat heel makkelijk. Snijd de inktviszak netjes bij. Spoel de tentakels en de inktviszak af en dep droog. Je kunt de inktviszak nu in zijn geheel, in ringen, of stukjes gesneden gebruiken. Voor **Gevulde inktvis (Calamares Renellos)**. Maak 500 gr inktvis schoon. Hak 250 gr garnalen grof. Trek 250 gr tongfilet in vlokken uit elkaar en meng met de garnalen; bestrooi met ¼ tl zout. Dep inktvis droog met keukenpapier. Vul iedere inktvis tot 2 ½ cm van de rand met het garnalenmengsel. Steek dicht met een cocktailprikker en plaats in een ovenschaal. De eventueel resterende inktvis en de tentakels kunnen in ringen worden gesneden en over de gevulde inktvis gelegd worden. Doe 1 tomaat zonder zaad, 1 kleine ui in vieren, 100 ml olijfolie, 1 tl zout, ¼ tl paprikapoeder, 3 el witte wijn en 1 sneetje witbrood in een blender of foodprocessor en pureer. Giet het mengsel over de inktvis. Dek af met aluminiumfolie en bak 1 uur in een oven (180°C). Verwijder de folie en bak nog 30 min. Dien warm op, gegarneerd met wat citroenschijfjes. Tot slot maken we **Inktvis uit Galicië**. Spoel 350 gr schoongemaakte inktvissen grondig af en leg ze in een pan koud water. Voeg twee el sherryazijn toe. Breng ze aan de kook en zet het vuur daarna direct laag. Laat ze 30 minuten zachtjes koken of tot ze heel mals zijn. Laat ze goed uitlekken. Meng 5 el extra vierge olijfolie, 1 tl paprikapoeder, 2 geplette tenen knoflook, 2 tl geraspte citroenschil en 3 el sherryazijn en hussel het mengsel samen met ½ rode ui in halve ringen gesneden door de nog warme octopus. Laat het mengsel 10 minuten afkoelen en roer het intussen een paar keer om. Roer er vervolgens 1 volle hand peterselie door, breng het op smaak met citroensap en serveer het desgewenst met nog een extra snufje paprikapoeder. Dit gerecht kan ook koud geserveerd worden.