

Salade de calamars



Proposée par Marie-Thérèse Derrien
La Forêt-Fouesnant (29)

Ingrédients :

- Calamars
- Olives vertes et noires
- 1 poivron rouge
- Vin blanc sec
- Huile d'olive
- Sel - poivre - piment

Nettoyer les calamars sans retirer la peau.

Couper les tentacules en tronçons de 3 cm.

Faire des rondelles (lanières) dans le corps et les couper en 2.

Faire revenir dans l'huile d'olive pendant 5 mn dans une cocotte en fonte, mouiller avec un bon vin blanc sec puis assaisonner.

Laisser réduire le vin blanc, égoutter et laisser refroidir.

Mettre dans un plat et recouvrir d'une bonne huile d'olive.

Faire griller le poivron rouge enduit d'huile au four puis l'éplucher et le couper en petites lamelles, l'incorporer à la marinade ainsi que les olives coupées en rondelles.

Laisser mariner 3 à 4 jours en retournant de temps en temps et consommer à l'apéro avec du pain beurre.

Bon Appétit !