

Inele de Calamar Crocante și Aurii: Rețetă Simplă și Delicioasă Calamar pane



Inele de Calamar Crocante și Aurii: Rețetă Simplă și Delicioasă Calamar pane



Inele de calamar crocante și aurii: o rețetă simplă și delicioasă în care inelele de calamar sunt acoperite cu o crustă crocantă, apoi prăjite până devin aurii și crocante. Acest preparat este adesea servit cu diverse sosuri, precum sos de usturoi, sos de roșii sau maioneză, și este o gustare apreciată în bucătăria mediteraneană și internațională.

- 2-3 buc calamar congelat
- 4 ouă
- făină albă de grâu
- pesmet
- 1 linguriță sare
- 1 linguriță boia dulce
- 1 linguriță usturoi pudră
- 1 linguriță pătrunjel uscat

▪ 1 l ulei

1. Alege calamari proaspeți sau congelați (curățați) și taie-i în inele de aproximativ un centimetru lățime.



2. Bate 4 ouă într-un bol, adăugând puțină sare.
3. Într-un alt bol, amestecă făină cu boia dulce, usturoi pudră, pătrunjel uscat și sare.
4. Pregătește pesmetul panko din pâine albă uscată la cuptor și tăiată mărunt.



5. Tăvălește fiecare inel de calamar prin făină, apoi prin ou și în final prin pesmetul panko. Repetă trecerea prin ou și pesmet pentru un strat mai gros.



6. Încinge un litru de ulei într-o cratiță înaltă.
7. Prăjește inelele de calamar pane până devin aurii și crocante, aproximativ 5 minute, ajustând focul dacă este necesar pentru a evita arderea.



8. Servește inelele de calamar calde, alături de o maioneză de usturoi sau sosul tău preferat.