

CALAMARES A LA PLANCHA

INGREDIENTES

4 Calamares
2 dientes ajo
El zumo de 1 limón
Aceite de oliva
Sal y pimienta
Cilantro

PREPARACIÓN

Limpiamos los calamares, primero tenemos que tirar de los tentáculos hacia afuera para retirar los órganos internos del calamar, luego les quitamos la piel, para ello, usamos un cuchillo o una pequeña raspadera que ayude en el proceso de limpieza y una vez que nos quedamos con el cuerpo limpio, sacamos la pluma o caña, es decir, la especie de "hueso" que contiene. Es fácil realizarlo con los mismos dedos. De esta forma terminaremos de quitar las partes innecesarias a tu calamar.

Cuando estén bien limpios las cortamos en aros o anillas.

En una plancha cocinamos de una en una las anillas de calamar y reservamos.

Picamos el ajo y sofreímos un poco en aceite de oliva, añadimos el cilantro picadito y exprimimos el zumo de limón, añadimos las anillas de calamares y removemos, agregamos sal y pimienta al gusto, retiramos del fuego y listo!!!

Sugerencia:

Se puede comprar las anillas de calamar ya picadas y congeladas, debe descongelar antes de cocinar.