## **Gegrillte Calamare**

Grill-Gerichte » Fisch

## Zutaten (4 Personen)

- » 500g kl. Tuben vom Tintenfisch
- » 6 EL Olivenöl
- » 4 EL Zitronensaft
- » Salz & Pfeffer
- » 2 EL geh. Petersilie
- » Zitronenscheibe(n)

## Bewertung



Beschaffung Spezial-Laden



Kosten 11-15€



Zubereitungszeit bis 30min

## Zubereitung

- 1. Tintenfische innen und außen spülen, trockentupfen, mit 2EL Öl und 2EL Zitronensaft mischen, kurz marinieren. Von beiden Seiten 2-3min grillen, salzen und pfeffern.
- 2. Restliches Öl mit Zitronensaft und Petersilie verrühren. Zu den Tintenfischen servieren, mit Zitronenscheiben garnieren.

Nährwerte: 255kcal/E40g/F19g/KH1g pro Portion

angelegt am: 19.06.2006 Rezept-Nr: 2081

Die Rezept-Datenbank - http://www.Rezept-Insel.de - ©2024 M.Hennicke