

Libreta: Pescados
Creado: 26/03/2018 17:34
URLOrigen: <http://www.tranbel.com/chipirones-encebollados.html>

Chipirones encebollados

INGREDIENTES

8 chipirones de dos bocados
4 cebollas
2 pimientos verdes
Un chorretón de aceite de oliva
Sal

PREPARACIÓN

Poner a fuego lentísimo una cazuela de fondo ancho, para que reparta el calor por igual, con el aceite, las cebollas y los pimientos verdes, ambos cortados en juliana; dejar hacer tapado hasta que coja color dorado amarronado, lo que puede tardar dos o más horas. Cuanto más despacio, mejor será la caramelización.

Remover de vez en cuando para que no se pegue.

Quitar los ojos, la boca, la pluma y la bolsa a cada chipirón, no así la piel que lo recubre. Lavar. Cortar las aletas y trocear las patas. Rellenar con ellas cada calamar y cerrar con un palillo, para que no se escapen.

Cuando falten diez minutos para terminar de hacerse la confitura de cebolla y pimiento, se incorporan los chipirones, se sala y se dejan ese tiempo, revolviendo para que hacer por igual.