



# Calamari

by Joscha Bastians



Ein leckerer Snack für Zwischendurch. Ganz einfach von der Plancha zuzubereiten.

## So wird's Perfekt!

### Zubereitung:

1. Öl in eine kleine Schüssel geben, den Knobi auspressen und mit dem Öl vermengen
2. Calamari in Scheiben schneiden und Plancha ca. 20min vorheizen
3. Knoblauchöl auf der Plancha verteilen und die Calamari darüber gleichmäßig verteilen
  - Nur die Brenner unter der Plancha sind voll aufgedreht, damit die Tintenfischringe gut Röstaromen sammeln können
  - Calamari in regelmäßigen Abständen wenden, damit sie nicht anbrennen
  - Die Haube kann geöffnet bleiben
4. Zum Schluss alles mit Salz & Pfeffer abschmecken und mit ein paar Spritzer Zitrone ablöschen

### Zubehör:

Unsere Empfehlungen findet ihr auf: [www.meat-n-great.de](http://www.meat-n-great.de)

- Plancha oder Gusseisenpfanne
- Schneidebrett
- Knoblauchpresse
- Messer
- Gewürzmühlen
- Planchazubehör

### Zutaten: 1 Person

Unsere Lieblingsaucen und Gewürze findet ihr auf: [www.meat-n-great.shop](http://www.meat-n-great.shop)

Menge	Lebensmittel
2	Tintenfischringe
1 Scheibe	Zitrone
1	Knoblauchzehe
2EL	Olivenöl o.ä.
	Salz & Pfeffer

### Tipps:

Das Rezept als Videoanleitung findest du auf Youtube: [Meat `n` Great](#)

- Öl mit Knobi mind. 10min durchziehen lassen, noch besser über Nacht