



REZEPT



PETROSELINUM
CRISPUM

TINTENFISCHSALAT MIT PETERSILIE UND ZITRONE



ZUTATEN

- › 1 Zitrone
- › einige Bund Petersilie
- › 1 Stange Staudensellerie
- › 1 Tintenfisch 1 kg
- › 1 Glas Weisswein
- › 1 Karotte
- › 1 Knoblauchzehe
- › Olivenöl
- › Salz und Pfeffer
- › Saft von 1 Zitrone

ZUBEREITUNGSZEIT

Zubereitungszeit : 15 min
Kochzeit: 40 min + 60 min Kühlzeit
Gesamtzeit: 1 Stunde und 55 min

ZUBEREITUNG

Bereiten Sie Wasser in einem Topf vor, in dem Sie $\frac{3}{4}$ Zitrone lassen, die Hälfte Petersilie (zerkleinern ist nicht erforderlich) und die Hälfte Sellerie hinzugeben. In das aromatisierte Wasser, den Tintenfisch tauchen, d.h. zuerst das eintauchen der Tentakeln mehrmals wiederholen und erst dann ganz eintauchen. Fügen Sie ein Glas Weißwein ins aromatisierte Wasser und halten Sie eine geringe Hitze. Den Topf abdecken und 40 min köcheln lassen. Überprüfen Sie mit einem Zahnstocher ob der Tintenfisch gar gekocht ist. Er sollte weich aber gleichzeitig fest sein. Schneiden Sie den Tintenfisch in kleine Würfel, die gehackte Karotte mit dem Rest Sellerie, Petersilie und Knoblauch hinzufügen. Mischen Sie mit ein wenig Olivenöl und würzen Sie mit Salz und Pfeffer. Fügen Sie den Zitronensaft hinzu und lassen Sie den Salat mindestens eine Stunde im Kühlschrank ruhen.