

Uwe Buschhaus  
Gederbachweg 58a

58453 Witten

Tel. 49(0)2302 62318  
Fax. 49(0)2302 962184

www.speisepilze.eu  
info@speisepilze.eu

PILZ GROSSHANDEL

UWE BUSCHHAUS

GOOD MUSHROOMS ...

... GOOD LIFE

## RECETA: CALAMARES RELLENOS CON HONGOS

### Ingredientes:

Calamares  
1/2 kg. de Pleurotus  
2 dientes de ajo  
50gr. de jamón  
1 huevo  
Aceite  
Leche  
Harina  
Miga de pan  
1 cebolla  
1 pimiento verde  
1 vaso de caldo de pescado  
1 vaso de vino blanco  
2 cucharadas de salsa de tomate

### la preparación:

Limpiar los calamares, quitando patas y alas, reservar las bolsas de tinta.  
Cortar los hongos.

En una sartén con 3 cucharas de aceite y 1 diente de ajo picado, saltear los hongos con la sal y la pimienta.  
Añadir el jamón picadito, la miga de pan remojada en leche y huevo batido. Rellenar con esta farsa los calamares y cerrar con un palillo.

En una cazuela poner aceite y dorar los calamares. Sacar y reservar.  
En el resto del aceite, rehogar la cebolla y ajo muy picado.

Añadir el tomate, espolvorear con harina, incorporando el vino y la tinta diluida en el caldo de pescado. Dejar reducir la salsa con los chipirones y cocer hasta que estén tiernos.  
Retirar los palillos antes de servir.