

Ψητά καλαμάρια γεμιστά με αρωματικά



Υλικά:

800 γρ. καλαμάρια μέτρια ή μεγάλα ολόκληρα, φρέσκα η κατεψυγμένα

Για τη γέμιση:

2 κ.σ. μαϊντανός ψιλοκομμένος

2 κ.σ. άνηθος ψιλοκομμένος

1 μικρό κρεμμύδι ξερό τριμμένο

2 σκελίδες σκόρδου

1 κ.σ. μουστάρδα απαλή

2 κ.σ. φρυγανιά τριμμένη

3 κ.σ. ελαιόλαδο

αλάτι, φρεσκοτριμμένο πιπέρι

Για το λαδολέμονο:

2/3 φλ. τσ. ελαιόλαδο

χυμός και ξύσμα από 2 μικρά λεμόνια (κατά προτίμηση ακέρωτα)

1/2 κ. γλ. πάπρικα (προαιρετικά)

1/2 κ. γλ. ρίγανη

1/2 κ. γλ. θυμάρι

Εκτέλεση:

Καθαρίζουμε τα καλαμάρια και τα ξεπλένουμε καλά. Ανάβουμε το γκριλ για να ζεσταθεί πολύ καλά.

Γέμιση: Πολτοποιούμε μαϊντανό, άνηθο, κρεμμύδι, σκόρδο, μουστάρδα, φρυγανιά, ελαιόλαδο, αλάτι, πιπέρι στο μούλτι ή στο μπλέντερ και με ένα κουταλάκι γεμίζουμε με λίγο από αυτό το μείγμα τα καλαμάρια.

Αλείφουμε εξωτερικά τα καλαμάρια με λίγο ελαιόλαδο. Τα βάζουμε σε ένα ταψάκι

και τα ψήνουμε στο γκριλ για περίπου 10 λεπτά. Προτού τα βγάλουμε από τη φωτιά, δοκιμάζουμε με ένα πιρούνι να δούμε αν έχουν ψηθεί.

Λαδολέμονο: Χτυπάμε το ελαιόλαδο, χυμό και ξύσμα λεμονιού, πάπρικα - προαιρετικά-, ρίγανη και θυμάρι σε ένα μπολ ελαφρά με ένα πιρούνι.

Μόλις ψηθούν τα καλαμάρια τα κόβουμε σε λεπτές λωρίδες. Τα περιχύνουμε με το λαδολέμονο και τα σερβίρουμε.

Μπορούμε να τα συνοδεύσουμε με πατάτες βραστές ή τηγανιτές.

Πηγή: ikypros.com