

2 Μαρτίου 2023

## Σουπιές πλακί

[Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#) / [Γαστρονομία](#)





**Υλικά :**

1,5 κιλό σουπιές  
1 φλιτζάνι τσαγιού λάδι  
1 ματσάκι μαϊντανό ψιλοκομμένο  
Χυμός και φέτες λεμονιού  
1 πορτοκαλόφλουδα  
Αλάτι, πιπέρι

**Εκτέλεση :**

Καθαρίζουμε, πλένουμε και κόβουμε τις σουπιές σε κομμάτια. Βάζουμε σε μια ανοιχτή κατσαρόλα το λάδι ,τις σουπιές , το μαϊντανό, το λεμόνι, την πορτοκαλόφλουδα και λίγο νερό. Αφήνουμε το φαγητό να πάρει μερικές βράσεις. Αν χρειάζεται να πήξουμε τη σάλτσα, διαλύουμε 2 κουταλιές της σούπας κορν φλάουρ σε λίγο νερό και το προσθέτουμε στο φαγητό ανακατώνοντας συνέχεια για να μην σβολιάσει.

**Πηγή:** [monastiriaka.gr](http://monastiriaka.gr)