

17 Σεπτεμβρίου 2023

## Καλαμάρια γεμιστά

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



Υλικά:

1 κιλό καλαμάρια μικρά

1 κρεμμύδι μεγάλο, ψιλοκομμένο

2 σκελίδες σκόρδο, ψιλοκομμένες

1 κουταλιά μαϊντανό, ψιλοκομμένο

1 κουταλιά άνηθο, ψιλοκομμένο

1 κουταλιά της σούπας ντοματοπελτέ ή χυμό λεμόνι

1 φλιτζάνι λάδι

Ρύζι (όσο χρειαστεί)

Αλάτι, πιπέρι

Εκτέλεση:

Πλένουμε και καθαρίζουμε τα καλαμαράκια. Αφαιρούμε τα κεφάλια τους και τα ψιλοκόβουμε. Ζεματίζουμε σε νερό που βράζει για 10 λεπτά, ώστε να μαλακώσουν και τα βάζουμε σε τρυπητό να στραγγίξουν. Τσιγαρίζουμε στο μισό λάδι το κρεμμύδι και το σκόρδο. Μετά ρίχνουμε τα ψιλοκομμένα κεφάλια, το μαϊντανό, τον άνηθο, αλάτι, πιπέρι και το ντοματοπελτέ διαλυμένο (αν θα κάνουμε το φαγητό κόκκινο). Αφού πάρουν όλα αυτά μία-δύο βράσεις, ρίχνουμε το ρύζι (τόσο, όσο υπολογίζουμε ότι χρειάζεται για να γεμίσουν τα καλαμαράκια μέχρι τη μέση τους), το γυρίζουμε δύο-τρεις φορές και προσθέτουμε μισό φλυτζάνι νερό. Όταν απορροφηθεί το νερό, κατεβάζουμε από τη φωτιά και γεμίζουμε τα καλαμαράκια. Κλείνουμε το άνοιγμα τους με μία οδοντογλυφίδα. Τα απλώνουμε σε μία φαρδιά κατσαρόλα εναλλάξ, δηλαδή όχι προς την ίδια κατεύθυνση. Τα περιχύνουμε με το υπόλοιπο λάδι και ένα φλυτζάνι νερό. Τα σιγοβράζουμε, ώσπου να μείνουν με το λάδι τους. Στο τέλος, ρίχνουμε το λεμόνι, αν δεν έχουμε βάλει ντοματοπελτέ.

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