



CALAMARES EN SALSA.

½ kg de calamar (congelado o fresco cortado en aros)

1 cebolla

200 gr de tomate natural triturado

1 ajo

Sal

50 gr de aceite.

Preparación:

Trocear la cebolla y ajo 5 seg Vel 5,

Añadir el tomate y el aceite y sofreír 10 min 120º Vel 1 (Varoma para tm 31)

Añadir el calamar y programar 30 min, Temp Varoma, giro inverso, Vel cuchara.

Nota: podemos aprovechar para cocinar en varoma, arroz patatas etc.....

Sugerencia: se puede hacer con sepia, o añadiendo algún licor vino, brandy ...

MERCEDES ANTON

<http://thermomix-alicante-centro.es/mercheanton/>