

# Calamari umpluti

## Calamari umpluti

### Ingrediente :

600 g calamari curatati; 2 cepe; 5 linguri de ulei; 1 catel mare de usturoi; 60 g sunca; 75 g orez cu bobul lung; 200 ml vin alb; 2 linguri stafide; 1/4 legatura patrunjel; 1 lingura de faina

### Preparare :

Se taie 1 ceapa cubulete si se caleste in 3 linguri de ulei. Cand ceapa este calita, se adauga sosul de rosii, sare, piper, 2 foi de dafin; se mai fierbe la foc mic inca 10 minute. Se da deoparte si se acopera. Se fierbe orezul pe jumatate cu putina sare. Se taie tentaculele si sunca in bucatele mici (0,5 cm). Se toaca marunt patrunjelul. Stafidele se taie in sferturi. Se incinge restul de ulei si se caleste a doua ceapa taiata cubulete cu usturoiul zdrobit. Se adauga sunca si tentaculele si se lasa sa se prajeasca putin. Aveti grija sa nu se arda. Se adauga orezul scurs, stafidele si patrunjelul. Se da drumul la cuptor la 180 grade Celsius. Se umplu calamarii, avand grija sa nu-i umpleti pana la refuz. Se dau prin faina si se rumenesc in tigaia de teflon. Intr-o tava se aranjeaza calamarii si se acopera cu sosul de rosii pregatit mai devreme. Se da la cuptor aproximativ jumatate de ora. Se servesc alaturi de o garnitura de orez simplu.