

CALMARS PERSILLES

Pour 4 personnes
Préparation 20 mn
Cuisson 15 mn
1, 5 kg de petits
calmars
3 cuil. à soupe de
persil plat ciselé
75 g de gingembre
frais
2 gousses d'ail
3 pincées de noix
muscade
3 cuil. À soupe
d'huile d'olive
Sel, poivre

Peler les gousses d'ail, éliminer le germe et les hacher finement.

Préparer les calmars: séparer chaque cornet de la tête en tirant doucement celle-ci; le cornet se vide, emportant l'os et l'intérieur, sauf les oeufs et les laitances, qui sont délicieux. Enlever les tentacules et les réserver. Couper chaque cornet en anneaux de 3 cm de large. Si plus petits les laisser entiers. Laver tentacules et anneaux et les essuyer avec soin.

Mettre les morceaux de calmars dans une sauteuse assez large genre wok. La poser sur feu vif et laisser cuire en tournant jusqu'à ce que les calmars ne rendent plus d'eau et prennent une teinte rousse env. 15 mn.

Ajouter alors dans la sauteuse, sel, poivre, noix muscade, huile, ail et persil. Mélanger rapidement et servir aussitôt.