

Gefüllter Tintenfisch

Zutaten:

| | |
|---------|--|
| 4 große | Tintenfisch(e) (Tuben!) oder 8 kleine |
| 400 g | Rinderhackfleisch |
| 1 | Zwiebel |
| 2 Zehen | Knoblauch |
| 2 EL | Kapern |
| 8 | schwarze Oliven |
| 5 | Sardellen |
| 1 | Zitrone (Abrieb oder Zesten) |
| | Salz und Pfeffer |
| 1 | Eigelb |
| | Kräuter nach Geschmack (Petersilie, Basilikum, Thymian.) |
| 3 EL | Olivenöl |



Für die Sauce:

| | |
|---------|-------------------------------------|
| 1 | Zwiebel |
| 2 Zehen | Knoblauch |
| 100 ml | Wein, weiß |
| 100 ml | Brühe |
| 1 Dose | Tomate(n) (Pizzatomaten, ca. 400 g) |
| 1 EL | Tomatenmark |
| | Salz und Pfeffer |
| | Thymian |
| 1 | Lorbeerblatt |
| | Basilikum |
| | Peperoncini, nach Geschmack |

Zubereitung:

Die Zwiebel und den Knoblauch fein würfeln und mit dem Hackfleisch, Salz und Pfeffer und dem Eigelb gut vermengen. Die Oliven, Sardellen hacken und mit den Kapern, Kräutern und Zitronenabrieb gut untermengen.

Die Tuben innen und außen gut säubern, trocken tupfen und dann mit der Fleischmasse gut füllen. Am oberen Ende sollte so viel noch frei sein, dass man die Tube gut mit einem Zahnstocher schließen kann.

Die Zwiebel und den Knoblauch fein würfeln und das Öl in der Pfanne erhitzen. Die fertig gefüllten Tintenfischtuben schön rundum anbraten. Zwiebeln, Knoblauch anschwitzen und Tomatenmark dazugeben. Mit Weißwein und Brühe ablöschen und etwas schmurgeln lassen. Dann die Dose Pizzatomaten dazu und gut würzen. Kräuter und Gewürze zugeben und die Pfanne abgedeckt ca. 40 Minuten leicht schmoren lassen. Einmal drehen.

Den Deckel der Pfanne abnehmen und die Sauce etwas einköcheln lassen. Vor dem Servieren mit klein gerissenem Basilikum bestreuen und auftischen.