Pomìto

Moschuskraken in Tomatensauce



Vorbereitungszeit: 50 min
Schwierigkeitsgrad: Schwer

Zutaten

- Moschuskraken: 600 gr
- Pomìto Passierte Tomaten: 300 ml
- Knoblauchzehe: 1
- schwarze Oliven: 2 Esslöffel
- entsalzte Kapern: 1 Esslöffel
- Frisch gehackte Petersilie: nach Geschmack
- Chilischote: Optional
- Natives Olivenöl extra: nach Geschmack
- Salz: nach Geschmack
- Trockener Weißwein: optional

Vorbereitung

Ein Gericht, das Geduld und langsames Garen erfordert – währenddessen verschmelzen die Aromen sanft in der Tomatensauce und schaffen ein zutiefst entspannendes Sinneserlebnis, das Ruhe, Verbundenheit mit der Tradition und kontemplativen Genuss vermittelt.

Zubereitung:

1. In einer großen Pfanne etwas Olivenöl erhitzen und die ganze (oder gehackte, für einen intensiveren Geschmack) Knoblauchzehe leicht anbraten.
2. Die Moschuskraken sorgfältig reinigen und bei starker Hitze 2–3 Minuten anbraten.
3. Mit Weißwein ablöschen und kurz verdampfen lassen.
4. Pomì Tomatenpassata, Oliven, Kapern und nach Belieben etwas Chili hinzufügen.
5. Mit einem Deckel abdecken und bei niedriger Hitze etwa 35–40 Minuten köcheln lassen, bis die Moscardini zart sind und die Sauce eingedickt ist.
6. Mit Salz abschmecken, die gehackte Petersilie hinzufügen und mit geröstetem Brot oder als Hauptgericht servieren.

Für dieses Rezept haben wir verwendet:

Passierte Tomaten 300 ml

