

Octopus in Tomaten-Kapernsauce

by Andreas - Sonntag, Januar 03, 2016

<http://mundgericht.de/index.php/tintenfisch-in-tomaten-kapernsauce/>



Bei dieser köstlichen italienischen Beilage ist es sehr wichtig die in Weißwein gekochten Octopusse in aller Ruhe im Sud abkühlen zu lassen, damit der würzige Geschmack gut einziehen kann.

500 gr. Baby Octopusse

1 Zitrone

4 Tomaten

100ml Weißwein

60 ml Olivenöl

1 TL Senf

1 EL Kapern

1 Knoblauchzehe

1 TL gehackten Oregano

1 Lorbeerblatt

2 EL gehackte Petersilie

Salz

Die Baby Octopusse in einen Topf geben und mit 100ml Wasser und dem Weißwein begießen. Das

Lorbeerblatt und den Knoblauch dazugeben. Ca. 20 Minuten bei geschlossenem Deckel köcheln lassen.

Nun im Sud gut abkühlen lassen.

Derweil die Tomaten häuten und würfeln.

Den Saft einer Zitrone mit dem Olivenöl, Salz, Senf, Kapern, Petersilie, Oregano vermischen. Die Tomatenwürfel dazugeben und alles mit den erkalteten gut abgetropften Octopussen vermischen.

Weitere Empfehlungen:

Rahmkohlrabi


[Haupteinsatzort für Kohlrabi ist der Gemüseintopf. Als Beilage findet man ihn e...](#)

Kartoffelpüree mit Senfpulver und Chinakohl

[Obwohl uns das Fernsehen mittlerweile rund um die Uhr mit Kochshows verwöhnt, scheint sich die ...](#)

Roquefort-Selleriedip

[Als kleiner Gruß aus der Küche oder einfach zum Naschen bei einem Spiele- oder Fernsehabend. L...](#)



PDF generated by Kalin's PDF Creation Station