

Töltött tintahal kaliforniai rákkoktéllal - készítette Piri István
mesterszakács



Hozzávalók

12-15 dkg búzadara, kb. 5 dl víz, 60 dkg tintahal (fagyasztva kapható, ha lehet közepesen nagyokat válasszunk, ezek 10-15 dekásak), só, 1 citrom, kis darabka zeller, 1-1 sárgarépa és petrezselyemgyökér, arasznyi póréhagyma, 1 mokkáskanál fekete bors, 1 babérlevél, 2-3 gerezd fokhagyma, 1 dl fehérbor a töltelékhez:

2 főtt tojás, só, néhány csepp ecet, 1 evőkanál mustár, 1 dl olaj, 1 szép paradicsompaprika, 10 dkg főtt sárgarépa, 10 dkg főtt zöldbab, 1 evőkanál zselatinpor

a rákkoktélhoz:

20 dkg fagyasztott rákhús, 10 dkg forrázott rákimitáció (fagyasztva kapható, halból készült, rúd alakú, rákizű készítmény), 1 alma, 1 narancs, 2 karika konzervananász, 10 dkg kész majonéz, 1 evőkanál ketchup, 0,3 dl brandy, só, porcukor, citromlé

a tál díszítéséhez:

1 fej saláta, fél kígyóuborka, 1 citrom, egy kis szál póréhagyma

1. A búzadarát a forrásban lévő vízbe szórjuk, kevergetve sűrűre főzzük, majd hűlni hagyjuk. A tintahalat szobahőmérsékleten fölengedjük, majd csápos fejét a törzsről leválasztjuk. Előbbiről a szemeket ügyesen levágjuk, ugyanis itt van a legtöbb tinta benne. Utóbbiból áttetsző, műanyag pálcikához hasonló gerincét kézzel kiszedjük. Az így előkészített tintahalat megmossuk, leszároгатjuk. Kissé megsózzuk, egy kevés citromlével fűszerezzük.

2. A főzött búzadarát a tintahaltörzsekbe töltjük, és nyílásukat cérnával összevarrjuk. A zöldségeket megtisztítjuk, a zellert cikkekre, a sárgarépát, petrezselyemgyökert meg a póréhagymát kisujnyi hasábokra vágjuk. Lábasba szórjuk, vízzel fölöntjük. Kissé megsózzuk, a borssal, a babérral meg a fokhagymával fűszerezzük, és a megmaradt, fölszeletelt citromot is beledobjuk. A borral ízesítjük, fölforraljuk, majd a töltött halat belerakjuk. Gyöngyöző forralással 20 percig főzzük, az utolsó 5 percre a tintahal fejét is hozzáadjuk. Levében hűlni hagyjuk, majd lecsöpögtetjük.

3. A töltött tintahalról a cérnát lefejtjük, belsejéből a búzadarát kikaparjuk, ugyanis már nincs rá szükség, csak arra szolgált, hogy a tintahal megtartsa az alakját. A töltelékhez először majonézt készítünk, amihez a főtt tojás sárgáját lereszeljük vagy áttörjük. Kissé

megsózzuk, az ecettel és a mustárral ízesítjük, majd cseppenként hozzákeverjük az olajat is. A paradicsompaprikát kicsumázzuk, és kis kockákra vágjuk, ahogyan a puha sárgarépát is. A zöldbabbal együtt a majonézhez adjuk, a csíkokra vágott főtt tojás-fehérjével együtt. A zselatinport 1 deci vízben 1-2 percig forraljuk, ezalatt fölolvad, majd langyosra hűtjük, végül a salátához keverjük.

4. A zselatinos salátát kiskanállal - még könnyebb cső nélküli habzsákból - jó szorosan a tintahalba töltjük, majd hűtőszekrényben 2-3 órán át dermedtjük.

5. A ráksalátához a kétféle fagyasztott rákhúst szobahőmérsékleten fölengedjük. A meghámozott almát és narancsot körömnymi kockákra vágjuk, ahogyan a lecsöpögtetett ananászt is. A majonézt a ketchuppal és a brandyvel laza mozdulatokkal összekeverjük. Kissé megsózzuk, porcukorral és citromlével kellemesen pikánsra ízesítjük, a gyümölcsöket belekeverjük, végül beleforgatjuk a lecsöpögtetett rákot és a fölszeletelt rákimitációt is. Tálalásig hűtőszekrénybe tesszük.

6. A töltött tintahalat forró vízbe mártott késsel fölszeleteljük, és tálra rakjuk úgy, hogy csápos fejét is hozzáillesztjük. Salátalevéllal, fölszeletelt kígyóuborkával és citrommal, csíkokra metélt póréhagymával díszítjük. A rákkoktélt kis kelyhekbe vagy pezsgőspoharakba töltve, salátalevéllal díszítve a tál köré rakjuk.

Jó tanács

- A töltött tintahal körete rákkoktél helyett tenger gyümölcsei saláta vagy majonézes kagylósaláta is lehet.
- A tintahalat más majonézes salátával - akár franciasalátával - is tölthetjük, de fontos, hogy zselatinnal „kössük”, különben nem lesz szeletelhető.
- A töltelékét a tintahal helyett párolt halszeletek közé is tölthetjük, amit, ha megkocsonyásodott, kockákra vágunk. Ezt a készítményt nevezzük haltortának.
- A töltött tintahalak üregét nem kell feltétlenül összevarni, elég, ha hústúvel vagy fogvájóval több helyen rögzítjük.

4 főre

Elkészítési idő: 3 óra + dermedtés

Egy adag: 703 kcal