

CALAMARS AUX RIZ

Préparation Cuisson : 1 h 45 min

pour 4 personnes

1 kg de petits calamars entiers

6 cuillerées à soupe d'huile d'olive

4 gousses d'ail

Un bouquet de persil

Une pointe de curry

30 cl de vin blanc sec

10 cl d'eau

200 g de crème fraîche sel et poivre

Pour la garniture :

300 g de riz

30 g de beurre

■ nettoyer les calamars, lavez-les soigneusement, Coupez et lavez les tentacules, nettoyez bien les ventouses.

■ Epongez bien les calamars puis découpez-les en anneaux d'un centimètre environ de largeur et les tentacules en petits tronçons Epluchez et hachez les gousses d'ail ainsi que le persil. Faites chauffer l'huile d'olive dans une cocotte, ajoutez les calamars. Remuez pendant 5 à 7 minutes jusqu'à ce qu'ils soient bien saisis Ajoutez alors le hachis d'ail et de persil, du sel, du poivre et le curry Mélangez bien puis mouillez avec le vin blanc et l'eau. Couvrez et laissez cuire 30 minutes à feu doux en remuant de temps en temps.

■ D'autre part, cuire le riz dans une casserole d'eau bouillante salée. Egouttez-le après 20 minutes de cuisson, versez-le dans un plat de service allant au four, éparpillez dessus des petits morceaux de beurre, salez et poivrez. Mettez le plat 5 minutes dans le four s th. 4-120°.

■ Ajoutez la crème aux calamars après les 30 minutes de cuisson Mélangez et laissez bouillonner pendant 5 minutes. Rectifiez l'assaisonnement et versez le tout sur le riz bien chaud. Saupoudrez d'un hachis de persil frais et servez.

