



### Calamars à la cannelle

#### *Pour 4 personnes*

500 gr de calamars,  
1 clou de girofle,  
1 c. à café de cannelle en poudre,  
1 c. à café de piment séché moulu (fort ou doux selon votre goût),  
30 cl de sauce tomate,  
4 cuil. A soupe d'huile d'olive,  
sel,  
Huile à la ciboulette pour le dressage,



Commencer par nettoyer les calamars et les couper en tronçon.

Les jeter dans l'huile très chaude.

Saler, ajouter le piment, la cannelle, le clou de girofle haché et la sauce tomate (Garder un peu de sauce tomate pour le dressage).

Couvrir et laisser cuire à feu vif pendant 4 à 5 mn.

Pour faire couleur locale, vous pouvez utiliser l'huile à la ciboulette pour le vert et la sauce tomate pour le rouge, quelques feuilles de menthe et c'est fini.



Couleur Kémia

<http://couleurkemia.canalblog.com/>

Babali @2007