Rezept

Tintenfischkringel

Ein Rezept von Tintenfischkringel, am 12.10.2024

Zutaten

- **600 g** frische oder tiefgekühlte Kalmare (man braucht hier nur die Tintenfischbeutel)
- **2 EL** Zitronensaft
- **2** Eier
- ⅛ l Mineralwasser
- Öl zum Fritieren
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- **2 EL** Olivenöl
- **150 g** Mehl
- etwa 500 g Butterschmalz oder ½ l neutrales
- **2** Zitronen

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 500 kcal

Zubereitung

1. Tiefgekühlte Tintenfische rechtzeitig auftauen lassen. Dann in einem großen Topf 2 l Salzwasser aufkochen. Tintenfischbeutel reinwerfen und 1 Minute sprudelnd kochen lassen. Ins Sieb abgießen, kalt abbrausen und am besten mit einem Küchentuch gut abtrocknen.

2. Die Beutel mit einem scharfen Messer in 1 cm breite Ringe schneiden. Mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft und Olivenöl mischen und kurz durchziehen lassen (können aber auch ein paar Stunden sein).

3. Die Eier in Eiweiß und Eigelb trennen. Das Mehl mit den 2 Eigelben, 1 Prise Salz und dem Mineralwasser kräftig verquirlen. Ungefähr 15 Minuten stehenlassen, damit der Teig aufquellen kann. Dann mit den Quirlen vom Handrührgerät die Eiweiße steif schlagen, mit einem Löffel unter den Teig rühren, aber nicht zu lange und nicht zu gleichmäßig – am besten einfach nur unterheben.

4. Im großen Topf (oder natürlich in der Friteuse oder auch im Wok) das Schmalz oder Öl richtig heiß werden lassen.

5. Die Tintenfischringe einzeln mit einer Gabel durch den Teig balancieren, aber so, daß auch rundum Teig hängenbleibt, und dann gleich ab damit ins heiße Fett.

6. Goldgelb fritieren, zwischendurch mal mit dem Kochlöffel im Fett bewegen, damit die Kringel auch rundum gleich schön werden. Nach 2-3 Minuten sind sie fertig, dann mit dem Schaumlöffel rausheben, auf Küchenpapier abtropfen lassen. Superfrisch und heiß essen – dazu Zitronenachtel auf den Tisch.