

Calamars en salade

les plus tendres qui soient



- 750g de **petits calamars** avec les tentacules (on peut les prendre surgelés, ça marche très bien même s'ils ont moins de goût, mais il faut qu'ils soient de très petite taille, la chair peu épaisse)
- 20 cl de **vinaigre** blanc ou cristal (environ)
- 150 d'un mélange de **poivrons** rouges, verts, jaune
- 2 petites **échalotes**
- 1 gousse d'**ail**
- 100g de petites **tomates**
- un mélange d'**herbes** fraîches : ici sarriette, romarin, basilic, persil
- **sel, poivre** du moulin
- **huile d'olive**, de bonne qualité (oui, je radote comme une vieille fille acariâtre)
- un peu de **vinaigre balsamique blanc** ou de vinaigre de vin blanc pour rectifier l'assaisonnement final

1. Nettoyez les calamars, enlever les têtes et la poche d'encre s'il y a lieu, gardez les tentacules (c'est si joli... non ? vous n'êtes pas d'accord ?) et si possible, gardez les calamars entiers (ne les coupez pas en morceaux).

2. Portez à frémissement 1 litre d'eau et 20 cl de vinaigre blanc. Pendant que le liquide chauffe, épépinez et taillez les tomates en dés, taillez les poivrons de même, émincez finement l'échalote, mélangez le tout avec la gousse d'ail passée au presse-ail, ciselez les herbes finement et ajoutez-les au mélange, salez et poivrez, assaisonnez généreusement d'huile d'olive afin de couvrir largement le mélange (indispensable si on veut éviter une rapide détérioration des légumes).

3. Plongez les calamars dans la casserole frémissante (chantante ;-), attendez la reprise de l'ébullition

et égouttez-les aussitôt, passez-les sous un filet d'eau froide pour arrêter la cuisson, laissez refroidir complètement avant de les mélanger aux légumes.

4. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement en vinaigre en ajoutant un peu de vinaigre balsamique blanc ou de vinaigre de vin blanc si nécessaire. Laissez mariner au frais 12h au moins avant de déguster.

Le secret pour que les calamars soient tendres à souhait : la cuisson **ultra brève et quelques heures de **macération**. Simple mais essentiel !**

<http://www.nataliakriskova.com/article-21437972.html>