

Tintenfisch mit Zwiebel-Koji



Beschreibung

Ein originelles Gericht, das die feine Textur von Tintenfisch mit der aromatischen Würze von Zwiebel-Koji kombiniert. Die natürliche Süße der karamellisierten Zwiebel und das Umami des Koji bringen den Geschmack des Meeres perfekt zur Geltung. Einfach in der Zubereitung, aber mit beeindruckendem Aroma.

Zutaten

- Frischer Tintenfisch – 300 g
- Zwiebel-Koji – 2 Esslöffel
- Olivenöl – 1 Esslöffel
- Weißwein – 2 Esslöffel (optional)
- Frisch gemahlener Pfeffer – nach Geschmack

Zubereitungsschritte

1. Den Tintenfisch reinigen und in Ringe oder Streifen schneiden.
2. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und den Tintenfisch kurz anbraten (ca. 2 Minuten).
3. Zwiebel-Koji und ggf. Weißwein hinzufügen, alles gut vermengen und 2–3 Minuten köcheln lassen.
4. Mit Pfeffer abschmecken und sofort servieren.

Tipp

- Besonders lecker mit Reis oder frischem Baguette.
- Wer ein intensiveres Aroma bevorzugt, kann zusätzlich etwas Zitronensaft oder Chili hinzufügen.