



# Calamares en su tinta en olla express

## Ingredientes

- 2 Kg. calamares o potas
- 2 zanahorias
- 1 bote tomate triturado
- 1 cebolla
- 2 bolsas tinta
- 1 vaso de vino de vino blanco
- 1 vaso grande de agua.

## Preparación

Limpiar, lavar y cortar los calamares en trozos, hay que tener en cuenta que los calamares merman al cocinarlos .

Freír los calamares pasándolos por harina y reservar .

En la olla poner a freír la cebolla y la zanahoria cortada, cuando esté caso frito añadir el tomate y dejar que se reduzca, remover para que no se quemé .

Cuando esté frito agregar las tintas disueltas en un vasito de vino blanco y el agua .

Dejar cocer 1 minuto y batir con una batidora .

Añadir los calamares ya fritos y cocer en la olla 5'-10' .

Este tiempo dependerá del tipo de olla .

Consultar los tiempos de cocción para el tipo de olla que se utilice .

Servir con arroz blanco .

.