

Krake (Oktopodi) mit Knoblauch in Olivenöl gebraten

Zutaten für 4 Portionen:

1 kg	Tintenfisch(e) (Krake, ohne Kopf - nur Fangarme)
2 Zehen	Knoblauch
30 ml	Öl (Olivenöl)
20 cl	Ouzo
	Oregano
	Thymian
1	Zitrone

Der Krake sollte ein großer mit möglichst dicken Armen sein. Diese sind besonders zart und eignen sich auch für Anfänger bestens. Wichtig ist, dass kein weiteres Salz hinzugefügt wird, da der Kerl genug aus seinem früheren Zuhause mitgebracht hat.

Ich verwende einen großen Alu-Spritzgusstopf mit Glasdeckel. In diesem erhitzte ich das Öl stark und lasse vorsichtig den vorher gründlich gewaschenen und trockengetupften Kraken (Arme bitte nicht auseinanderschneiden) in den Topf gleiten. Als würde er sich über die plötzliche Hitze mächtig ärgern, wird er knallrot; und das ist gut so. Sobald es anfängt zu köcheln, werden die Knoblauchzehen kleingeschnitten und mit dem Ouzo und dem Oregano zum Kraken gegeben. So köchelt er dann etwa 45 Minuten.

Anschließend etwas Olivenöl in einer beschichteten Pfanne von größerem Durchmesser wieder stark erhitzen. Die Krakenbeine jetzt voneinander trennen und in dem heißen Olivenöl kurz von allen Seiten kross braten. Achtung: Das geht sehr schnell und man muss sich vor "explodierenden Saugnäpfen" in Acht nehmen.

Mit einer Zitronenscheibe auf weißen Tellern serviert schmeckt der Krake am Besten mit einem Gläschen Ouzo.

Dazu passt Bauernbrot (weiß) oder türkisches Fladenbrot und Bauernsalat.

Arbeitszeit:	ca. 1 Std. 15 Min.
Schwierigkeitsgrad:	normal
Kalorien p. P.:	keine Angabe