

## ALBÓNDIGAS CON SEPIA Y CALAMAR



### Preparación

Pasar las albóndigas por harina, freír y reservar. En una cazuela con un poquito de aceite sofreír la cebolla cortada en pluma y los ajos pelados y chafados. Añadir la guindilla entera para que aporte sabor pero no pique. Añadir un poquito de sal por encima y remover. Añadir los tomates enteros y pelados en conserva y trocear con el cucharón mientras removemos. Una vez esté la cebolla y el tomate bien sofrito añadir la sepia cortada y el calamar en anillas. Remover hasta que esté bien cocinado. Añadir la cucharadita de pasta de ñora, la melsa y las albóndigas que teníamos reservadas. Cubrir con el caldo, en esta ocasión he utilizado 1/2l de pescado y 1/2l verduras, siempre utilizo el que tengo más a mano en la despensa o el congelador. Cocinar durante aproximadamente 45 minutos removiendo de vez en cuando. Añadir los guisantes y apagar el fuego para que se acaben de cocinar con el calor residual.

### INGREDIENTES

6 albóndigas por persona  
1 sepia y su melsa  
1 calamar  
3 tomates enteros pelados  
2 ajos  
1 cebolla grande  
1 guindilla  
caldo  
1 cucharada de pasta de ñora  
guisantes