

Frittierte Tintenfischringe

Frisch frittierte Tintenfischringe, einen Spritzer Zitronensaft – mehr braucht es nicht, um das Meer zu schmecken. Frittierte Tintenfischringe sind nicht nur eine beliebte Tapas-Variante, sondern auch das perfekte Fingerfood. Wir servieren sie am liebsten als Vorspeise, Teil eines mediterranen Dinners oder spanische Tapas.



Frittierte Tintenfischringe | Foto: Linda Katharina Klein

Zutaten (2 Portionen): 500 Gramm frische Calmari-Tintenfisch-Ringe | 6 Esslöffel Semmelbrösel | 4 Esslöffel Mehl | 1 Esslöffel Salz | 1 Teelöffel Paprikapulver | 0,5 Teelöffel Pfeffer | 500 Milliliter Pflanzenöl zum Frittieren | 1 Zitrone



Frittierte Tintenfischringe | Foto: Linda Katharina Klein

Zubereitung (15 Minuten): 1. Öl in einem Topf erhitzen. 2. In der Zwischenzeit die Tintenfisch-Ringe gründlich waschen und trocken tupfen. 3. Trockene Zutaten miteinander vermengen, Tintenfischringe hinzugeben und die Panade andrücken. 4. Tintenfischringe im heißen Fett ausbacken, bis sie oben schwimmen. 5. Tintenfischringe kurz auf einem Holzbrett abtropfen lassen, dann direkt mit der geviertelten Zitrone servieren.

Dazu passen hervorragend: [Spanische Tortilla](#) + [Schnelle Aioli](#) + [Tapas-Brot](#)! Jetzt noch mehr [spanische Rezepte](#) und weitere [Rezepte mit Fisch und Meeresfrüchten](#) entdecken!

Nährwerte/Portion: 507 Kalorien | 27,3 Gramm Fett | 59,6 Gramm Kohlenhydrate | 6,1 Gramm Eiweiß