

## Καλαμαράκι γεμιστό με πλιγούρι και κινόα

### Υλικά

- 3-4 μεγάλα καλαμάρια καθαρισμένα
- **50g Σάλτσα Balsamico (Κωδ. 55053)**
- **150g Mise en Place Σάλτσα Σαγανάκι Τομάτα (Κωδ. 55752)**
- **20g Pesto Λιαστής Τομάτας (Κωδ. 55654)**
- **1 κ. σ. Πάστα Σκόρδου (Κωδ. 55014)**
- 50g κινόα
- 100g πλιγούρι
- 1 κολοκυθάκι
- 1 πιπεριά Φλωρίνης
- 50g φέτα θρυμματισμένη
- 1 κ. σ. ψιλοκομμένος φρέσκος δυόσμος
- 1 κ. σ. ψιλοκομμένος φρέσκος άνηθος
- ½ ποτήρι λευκό κρασί
- 200ml νερό
- 50ml ελαιόλαδο

### Εκτέλεση

1. Σε κατσαρόλα σοτάρουμε την πιπεριά και το κολοκυθάκι σε κυβάκια και προσθέτουμε το λευκό κρασί, τη Σάλτσα Σαγανάκι Τομάτα και το Pesto Λιαστής Τομάτας.
2. Προσθέτουμε το πλιγούρι, την κινόα και το νερό. Αφού βράσουν για 5 λεπτά αποσύρουμε και προσθέτουμε τα αρωματικά και τη φέτα.
3. Μόλις κρυώσει η γέμιση, γεμίζουμε τα καλαμάρια και κλείνουμε με οδοντογλυφίδα. Βάζουμε σε πυρίμαχο σκεύος, περιχύνουμε το ελαιόλαδο και αλατοπιπερώνουμε.
4. Ψήνουμε στο φούρνο, σε δυνατή φωτιά, για 15 λεπτά και πριν σερβίρουμε καραμελώνουμε σε σχαροτήγανο με τη Σάλτσα Balsamico. Σερβίρουμε ιδανικά με πράσινη σαλάτα.