



Insalata di polpo e patate



Ingredienti per la cottura

| | |
|--------|---------------------------------|
| 1000 g | Polpo |
| 1000 g | Patate |
| n° 3 | Foglie di alloro |
| n° 1 | Cucchiaino aceto di vino bianco |
| n° 1 | Carota |
| n° 1 | Cipolla piccola bianca |
| n° 1 | Costa di sedano |
| - | Qualche bacca ginepro |

Ingredienti per condire

| | |
|------|----------------------------|
| n° 1 | Spicchio di aglio |
| q.b. | Olio Extravergine di Oliva |
| q.b. | Pepe macinato |
| n° 1 | Grande ciuffo prezzemolo |
| q.b. | Sale |

Preparazione

1. Mettere sul fuoco una pentola capace con dell'acqua e le verdure mondate (carota, sedano, cipolla), l'alloro, il ginepro, l'aceto e il sale, portare quindi a bollire.
2. Se il polpo da voi acquistato non è stato pulito, dovete farlo voi, aprendo la sacca lateralmente e svuotandola. Utilizzando delle forbici o un coltellino dalla punta affilata, togliete gli occhi e il dente; lavare il polipo molto bene sotto l'acqua corrente per eliminare ogni residuo di sabbia, specialmente tra le ventose dei tentacoli.
3. Non appena l'acqua con gli aromi bollerà, tenendo il polpo dalla testa, immergerne e toglierne i tentacoli dall'acqua bollente per 3 o 4 volte, così facendo si arricciano e si ammorbidiscono.
4. Immergere poi completamente il polpo, abbassare il fuoco al minimo e coprire con un coperchio la pentola; lasciarlo cuocere per circa 40 minuti (circa 20 minuti se si utilizza la pentola a pressione), e comunque verificarne la cottura prima di spegnere il fuoco.
5. Trascorsi 25 minuti, lavare e spazzolare bene le patate, quindi immergerle intere e con la buccia nella pentola con il polpo e terminare la cottura (altri 15 minuti circa).
6. A cottura avvenuta, tramite una pinza da cucina, togliere il polpo dalla pentola e porlo su di un tagliere dove verrà fatto a pezzetti.
7. Togliere dalla pentola anche le patate, sbuciarle e tagliarle a metà per il lungo, poi ancora a metà ed infine a quadretti piuttosto grossi.
8. Versare le patate in una ciotola, unire quindi anche il polpo a pezzetti, e condire con olio, prezzemolo tritato, aglio schiacciato, pepe e sale.
9. Servire l'insalata di polpo e patate immediatamente (di questo modo risulterà ancora tiepida) o se piace, anche fredda.