

Insalata di polpo e patate

Questa ricetta la trovi su "Magia del Gusto"

[nelle categorie: Antipasti, Antipasti di pesce, Secondi di pesce, Secondi Piatti, Varie]

<http://www.italiadiscovery.it/ricette/3466/insalata-di-polpo-con-patate>



L'insalata di polpo e patate un piatto classico e tradizionale della cucina italiana. Ottima come antipasto, un secondo oppure un piatto unico accompagnato da un buon bicchiere di vino bianco secco.

Condita con l'olio a crudo, il prezzemolo e l'aglio tritati diventa un'insalata leggera, ma ricca di gusto e freschezza adatta ad ogni occasione.

Per velocizzare i tempi di cottura potete cuocere il polpo in una pentola a pressione.

Ingredienti

- 1 kg di polpo
- 1 kg di patate
- 15 pomodorini ciliegia (facoltativi)
- 1 carota
- 1 gambo di sedano
- 1 cipolla
- 3 foglie di alloro

- qualche bacca di ginepro
- 1 cucchiaio di aceto bianco
- olio extravergine d'oliva
- 1 spicchio d'aglio
- prezzemolo
- sale

Preparazione

1. Mettete sul fuoco una pentola capiente con dell'acqua, le carote, il sedano, la cipolla sbucciati e tagliati a pezzetti, l'alloro, il ginepro, aceto di vino bianco e sale. Portate a ebollizione.
2. Pulite il polpo aprendo la tasca laterale e svuotatela. Con un aiuto di un coltellino eliminate gli occhi e il becco che si trovano tra i tentacoli. Lavatelo bene sotto l'acqua corrente.
3. Appena l'acqua bolle, tenendo il polpo dalla testa, tuffate i suoi tentacoli nell'acqua bollente 3 volte in modo che si arriccino. Versate nell'acqua il polpo intero e lasciate cuocere circa 40 minuti fino a vederlo diventare roseo.
4. A metà cottura (dopo circa 25 min) lavate bene le patate e immergetele intere con la buccia nella pentola con il polpo. Trascorsi 25 minuti verificate la cottura del polpo e di patate con i rebbi di una forchetta.
5. Togliete il polpo e le patate cotte dalla pentola e sul tagliere tagliate il polpo a pezzetti di circa 2 o 3 cm e le patate a cubetti grandi.
6. Metteteli insieme in una ciotola, condite con l'olio, il prezzemolo e l'aglio tritati finemente, unite i pomodorini tagliati a spicchi, aggiustate di sale e pepe.
7. Servite l'insalata di polpo e patate tiepida, oppure fredda.

Preparazione nella pentola a pressione

1. Pulite e lavate il polpo e mettetelo nella pentola a pressione con acqua fredda in modo che copre bene il polpo, aggiungete le carote, il sedano, la cipolla sbucciati e tagliati a pezzetti, l'alloro, il ginepro, aceto di vino bianco e sale.
2. Cuocere il polpo per circa 15-20 minuti a partire dal fischio della pentola a pressione, dopo avere abbassato la fiamma.
3. Estraete il polpo con le verdure dalla pentola e mettetelo su un tagliere.
4. Lavate bene le patate, immergete nella stessa acqua del polpo e lasciate cuocere con la buccia per circa 20 minuti, senza usare questa volta il coperchio.
5. Tagliate il polpo a pezzetti di circa 2 o 3 cm e le patate a cubetti grandi.
6. Metteteli insieme in una ciotola, condite con l'olio, il prezzemolo e l'aglio tritati finemente, unite i pomodorini tagliati a spicchi, aggiustate di sale e pepe.

7. Servite l'insalata di polpo e patate tiepida, oppure fredda.

Il Polpo con le patate tagliate a rondelle in versione senza i pomodorini.

