

Receta Nº 7 de 12 – Pulpo al Horno o a la Murciana

Ingredientes (6 Personas):

- Un Pulpo Virgen 100% Natural 2 Kg
- Aceite de Oliva Virgen
- 2 Limones
- Sal Gorda

Paso 1

Al estar congelado el Pulpo, no habrá necesidad de mazarlo, por tanto simplemente dejar descongelar.

Paso 2

Hervir en agua abundante en una olla, preferiblemente de cobre, aunque no obligatoriamente. Cuando hierva el agua se sujeta el pulpo por la cabeza y se sumerge hasta 3 veces. Esta técnica es conocida como “asustar al pulpo” para que se ricen los tentáculos y no pele.

Paso 3

Dejamos el pulpo en agua hirviendo durante 20/25 minutos. Tras este tiempo, pincharemos el pulpo para ver si está cocido y apagamos el fuego dejándolo reposar otros 20 minutos dentro del agua. Una vez pasados los 20 minutos de reposo, se retira el pulpo del agua.

Paso 4

El siguiente paso es asar el pulpo ya cocido, con su jugo de cocción, durante otros 30 minutos, y gratinar después otros 5 minutos, de manera que el animal quedará tierno por dentro y crujiente por fuera.

Paso 5

Por último, troceamos, aliñamos con zumo de limón, Aceite de Oliva Virgen y una pizca de sal.

QUÉ CRUJIENTE!!!

