Receta Nº 8 de 12 – Pulpo a la Vinagreta

Ingredientes (6 Personas):

-Un Pulpo Virgen 100% Natural 2 Kg

-2 Pimientos Verdes y 4 Rojos

-1 Cebolla

-Aceite de Oliva Virgen

-Vinagre

-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. Cortamos el pulpo en rodajas.

Paso 4

Troceamos la cebolla, el pimiento verde y los rojos y lo ponemos en un bol. A continuación, lo sazonamos y le añadimos un buen chorro de vinagre y de aceite. Por último, agregamos el pulpo ya sazonado.

QUÉ SALUDABLE!!!

PULPOVIRGEN 100% NATURAL