

Insalata di polpo

Preparazione



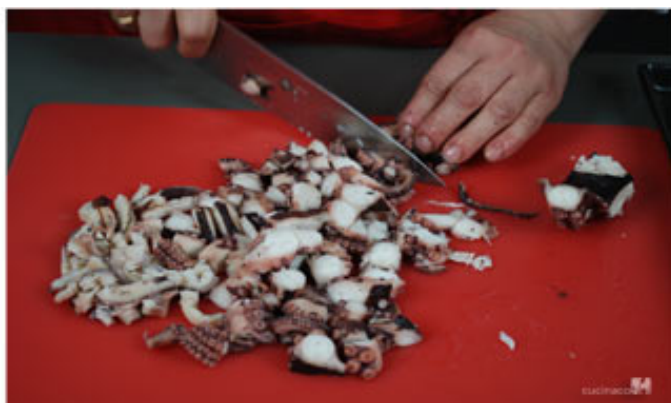
1. Lavare ed sviscerare il polpo e metterlo in una pentola con acqua fredda. Portare lentamente ad ebollizione e lasciarlo cuocere fino a quando pungendolo con una forchetta risulti tenero (occorrono circa 70-90').



2. Nel frattempo lavare e pelare le carote, ed eliminare i filamenti del sedano pelandolo con un pelapatate. Tagliare il tutto a julienne e mettere da parte.



3. Preparare il condimento aggiungendo al succo di limone il sale, il pepe, lo spicchio d'aglio schiacciato ne l'olio. Mescolare al fine di sciogliere il sale.



4. Ultimata la cottura del polpo, scolare l'acqua e lasciarlo raffreddare nella pentola con coperchio.

5. Una volta raffreddato, metterlo su un tagliere, staccare la testa, pulirla e tagliarla a listarelle, e tagliare a tocchetti i tentacoli. Mettere il tutto in un recipiente.



6. Unire le verdure preparate in precedenza e parte del prezzemolo tritato. Togliere lo spicchio d'aglio dall'olio aromatizzato e condirvi il tutto. Aggiustare di sale e pepe.

7. Lasciare raffreddare in frigorifero per circa 20-30' e servire con una spolverata di prezzemolo tritato.



Consigli e Curiosità

- a) Si può tranquillamente cuocere il polpo il giorno prima.
- b) Il polpo verace si distingue dagli altri polpi, per il numero dei tentacoli che devono essere otto e dalla doppia fila di ventose sui tentacoli.
- c) Per intenerire le carni del polpo batterlo con un batticarne. Questa operazione veniva effettuata dai pescatori che sbattevano i polpi sugli scogli.
- d) Su consiglio dei pescatori, per rendere le carni del polpo tenere bisogna trattenerlo per la testa e immergerlo per tre volte consecutive in acqua bollente e in seguito cuocerlo in acqua fredda.
- e) I tempi di cottura variano a seconda del peso del polpo. Solitamente si calcola che per ogni chilo di polipo si calcolano circa 90' di cottura.
- f) In alcune ricette, per intenerire il polpo, è consigliato di aggiungere dei tappi di sughero all'acqua di cottura, ma non vi è alcun riscontro sull'efficacia di tale procedura.
- g) In genere per indicare il polpo viene usato erroneamente il termine polipo. I polipi sono invece animali acquatici di diversa taglia appartenenti al phylum dei celenterati. Esempi di polipi sono i coralli costruttori delle barriere coralline.

Ricetta preparata e fotografata da Sonia Palermo e Angelo Solillo