

SECONDI PIATTI

Insalata di polpo con patate e carciofi

di: *Cookaround*

LUOGO: **Europa / Italia**

DOSI PER: **4 persone** DIFFICOLTÀ: **bassa** PREPARAZIONE: **35 min** COTTURA: **25 min** COSTO: **basso**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**



La ricetta dell'**insalata di polpo con patate e carciofi** vi piacerà di certo. Si tratta di una variante ricca e gustosa della classica con sole patate. I carciofi quando sono di stagione, sono teneri e molto versatili. Hanno un sapore ottimo che ben si abbina a tutti i piatti, dai primi ai secondi di terra, alle pizze e focacce per arrivare anche ai prodotti del mare! Ed in effetti l'accoppiata polpo patate e carciofi è davvero molto interessante. Provate questa ricetta e fateci sapere se è stata di vostro gradimento. Se poi vi dovessero avanzare dei carciofi vi consigliamo di provare la ricetta dei nostri [gnocchetti saporiti ai carciofi e pancetta](#).

INGREDIENTI

POLPO di circa 600 g - 1
CARCIOFI già puliti - 4
PATATE grandi - 2
POMODORI SECCHI SOTT'OLIO 2
LIMONE 2
PREZZEMOLO 1 ciuffo
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 25
gr
SALE
PEPE NERO

PREPARAZIONE

1 Quando volete realizzare la ricetta del polpo con patate e carciofi immergete il polpo in abbondante acqua leggermente salata, lessatelo per 25 minuti, sgocciolatelo bene e tagliatelo a pezzetti.

Mentre il polpo si cuoce, pelate le patate e tagliatele a dadi.

Dividete i carciofi in quarti, eliminate i semi interni, affettateli e metteteli in ammollo per una decina di minuti nell'acqua acidulata con il succo di un limone.



2 Cuocete le patate e i carciofi al vapore e metteteli in una larga ciotola.



3 Aggiungete il polpo e i pomodori secchi tagliati a strisciole, condite con l'olio, un pizzico di sale, pepe macinato al momento, il succo filtrato del limone rimasto e il prezzemolo tritato.





4 Mescolate con cura per insaporire e servite l'insalata di polpo in piatti individuali.

CONSIGLIO