

SECONDI PIATTI

# Polpi veraci affogati

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#) / [Campania](#)

DOSI PER: [4 persone](#)    DIFFICOLTÀ: [bassa](#)    COSTO: [medio](#)    REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



Il **polpi o polipetti affogati** sono un piatto di mare tipico partenopeo, si dice infatti che questa specialità sia nata nel Borgo Marinai dalla voglia di alcuni pescatori. Il loro sapore inconfondibile rende questa pietanza davvero deliziosa. Sono un secondo perfetto, ma si prestano anche come condimento di pasta, preferibilmente lunga.

## INGREDIENTI

POLPO 1,2 kg  
SPICCHIO DI AGLIO 2  
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4  
cucchiaini da tavola  
PASSATA DI POMODORO 500 gr  
PREZZEMOLO 1 ciuffo  
SALE  
PEPE NERO

## PREPARAZIONE

**1** Quando volete preparare i polpi affogati, ripulite i polpetti della sacca interna e del becco, lavateli e metteteli in una pentola di coccio con l'olio, la passata di pomodoro, l'aglio, un

pizzico di sale e il pepe.



- 2** Coprite bene e fate cuocere a fuoco lento fino a quando i polpetti non siano teneri e il sugo addensato.  
Aggiungete il prezzemolo tritato 10 minuti prima del termine della cottura.



- 3** Scoprite la pentola raramente e velocemente perché il profumo non si disperda.