

SECONDI PIATTI

Stufato di polpo alla greca

LUOGO: Europa / Grecia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa PREPARAZIONE: 15 min COTTURA: 120 min COSTO: medio REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



Stufato di polpo alla greca: il sapore del mare in un piatto!

INGREDIENTI

POLPO 2 kg
CIPOLLINE 1,5 kg
SPICCHIO DI AGLIO 6
PEPE NERO IN GRANI 10
POMODORI 800 gr
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 2
tazze
VINO ROSSO ½ tazze
ACETO DI VINO BIANCO ½ tazze
ALLORO 1 foglia
SALE

PREPARAZIONE

1 Tagliate il polpo a pezzetti, lavatelo e mettetelo in una casseruola senz'acqua.



2 Appena avrà assorbito tutta la sua acqua, versate l'aceto. Aggiungete l'olio e mescolate con un cucchiaio di legno.



3 In seguito unite le cipolline, l'aglio, il vino, i pomodori tritati ed infine il pepe ed il lauro.





4 Salate e lasciate cuocere a fuoco basso, per 2 ore, per non farlo attaccare alla casseruola.