

SECONDI PIATTI

Polpo con cipolle e patate

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa PREPARAZIONE: 10 min COTTURA: 60 min COSTO: medio REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



Nel vasto e variegato mondo della cucina mediterranea, il polpo con cipolle e patate spicca per la sua golosa semplicità. Questa ricetta, che unisce il sapore del mare con la dolcezza cremosa delle cipolle e la croccantezza delle patate, è un [secondo piatto di mare](#) particolarmente adatto ai mesi invernali, quando il polpo è di stagione. Nei mesi di Gennaio e Febbraio, infatti, la carne del polpo è particolarmente tenera e gustosa.

Segui la nostra ricetta con video e passo passo fotografico per cucinare in casa, con le tue mani, un delizioso polpo con cipolle e patate e goditi un piatto delizioso e adatto alla stagione.

Ecco altri [secondi piatti di pesce](#) che potrebbero

piacerti:

[Frittura di gamberi](#)

[Pesce spada alla siciliana](#)

[Sogliola alla mugnaia](#)

[Merluzzo al forno](#)

[Bastoncini di pesce](#)

INGREDIENTI

POLPO 850 gr

PATATE 500 gr

CIPOLLA 1

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

SALE

PREPARAZIONE

1 Per preparare il polpo con cipolle e patate comincia mettendo il polpo in un pentolino senza aggiungere altro. Copri con un coperchio e lascia cuocere a fuoco medio basso per 35/40 minuti. Una volta cotto trasferisci il polpo in una ciotola e lascialo raffreddare.

Pela le patate e tagliale prima a metà poi a fette di circa 7 mm di spessore. Pela anche una cipolla e tagliala a metà, infine riducila a fette spesse mezzo centimetro.





- 2 In una casseruola bassa, versa abbondante olio e metti a cuocere le patate. Distribuiscile bene su tutta la superficie del fondo del tegame, aggiungi il sale e copri con un coperchio. Lascia cuocere 5 minuti a fuoco medio.

Controlla che non si stia attaccando niente e versa le cipolle.



3 Abbassa leggermente il fuoco, copri con il coperchio e lascia cuocere altri 5 minuti.

Intanto occupati del polpo: taglialo a metà, rimuovi il becco, separa i tentacoli e tagliali a tocchetti irregolari, infine versali nella padella.





- 4 Mescola delicatamente per non rompere le patate e di nuovo copri con il coperchio e cuoci altri 5 minuti. Infine, cuoci per gli ultimi 5 minuti senza coperchio.





5 Quando le patate avranno fatto una bella crosticina, aggiungi una spolverata di pepe e impiatta.





CONSIGLIO

Il polpo con cipolle e patate è un piatto già completo di contorno, ma se vuoi aggiungere un accompagnamento, prova a servirlo con del radicchio fresco condito con una bella vinaigrette, è buonissimo e si sposa perfettamente con il polpo.

CONSERVAZIONE

Se ti avanza, sistema il polpo con cipolle e patate in un contenitore con coperchio e conservalo in frigo per non più di 24 ore.