

ANTIPASTI E SNACK

Polpo al vino

di: *Cookaround*

LUOGO: Europa / Grecia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 15 min COTTURA: 130 min COSTO: medio

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

POLPO 1 kg
CIPOLLE 2
POMODORI maturi - 3
CAROTE 2
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 1
tazza
VINO ROSSO 1 bicchiere
SALE
PEPE NERO

Preparazione

1 In una casseruola scaldare l'olio e fate rosolare le cipolle finchè appassiscono.



2 Unite il polpo tagliato a pezzetti e lasciatelo cuocere per 10 minuti continuando a mescolare per non farlo attaccare.



3 Poi versate il vino, aggiungete il pomodoro, le carote, il sale, il pepe e acqua calda.



4 Lasciate bollire a fuoco moderato per 2 ore circa.