

SECONDI PIATTI

Polpo alla Luciana

di: *ellina*

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media COSTO: medio REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



PREPARAZIONE

1 Pulire il polpo



- 2 adagiarlo in un tegame di coccio appena unto di olio, coprire e far andare fino a che tira fuori acqua



- 3 A questo punto aggiungere i pomodori, l'olio, uno spicchio d'aglio tritato. Chiudere con carta forno e legare con dello spago da cucina. Coprire con il suo coperchio



- 4 Lasciar cuocere a fuoco bassissimo per 2 ore- 2 ore e mezza a seconda della quantità.
Passato questo tempo, scoperchiare



- 5 si sarà formato un sugo denso e scuro (ci si possono condire degli spaghetti).
Finire il piatto con del prezzemolo tritato e servire nel tegame di cottura



