



CUCINA CON NOI!

Insalata di polpo e ceci con crema di prezzemolo e acciughe

L'insalata di polpo e ceci con crema di prezzemolo e acciughe è un piatto colorato e molto goloso, ideale presentata come antipasto oppure come se fosse un secondo piatto a base di pesce.

INGREDIENTI

500g polpo

2 bacche di ginepro

5 grani di pepe

2 foglie di alloro

50ml di vino bianco

200g di [Ceci Orogel](#)

50g di Cipolla Orogel

10g maggiorana

sesamo nero

olio evo



45



2



Media



Secondi Piatti



Pentola

Preparazione

- 1** Sciacquare il prezzemolo in abbondante acqua e mondarlo togliendo i gambi. Unire alle foglie di prezzemolo, il pangrattato, i capperi, le acciughe, l'aceto e l'olio evo in un frullatore e attivarlo.
- 2** Aggiungere l'acqua ghiacciata poco alla volta. Pulire e lavare bene il polpo. Portare a bollore nella pentola a pressione 500ml di acqua.
- 3** A bollore versare il polpo, le bacche di ginepro, le foglie di alloro, i grani di pepe e il vino bianco. Chiudere il coperchio della pentola a pressione e quando la pentola ha raggiunto il massimo della potenza, abbassare la fiamma e continuare la cottura per quindici minuti.
- 4** Spegner e lasciare raffreddare il polpo nella sua acqua di cottura per evitare che indurisca. Togliere il polpo dalla pentola e tagliarlo a pezzetti.

5

In una padella soffriggere la cipolla e i ceci, seguendo i tempi di cottura riportati sulla confezione. A fine cottura aggiungere un trito di maggiorana e i tentacoli di polpo.

6

Aggiungere un cucchiaio di salsa verde, un cucchiaino di semi di sesamo, della maggiorana e un goccio di olio evo.

7

Per la salsa verde:

100g di prezzemolo

50g di pangrattato da pane raffermo

2g di acciughe sottolio

10g di capperi

4 cucchiaini di aceto di vino bianco

300ml di olio evo

10g di acqua ghiacciata

sale q.b.

