

Polpo patate e paprika

L'insalata di polpo, patate e paprika è una prelibatezza della nostra tradizione, che esalta con semplicità i sapori della cucina mediterranea. Grazie alle potenzialità dei forni combinati convezione vapore Eka potrete vivere un'esperienza culinaria tutta da gustare.



1h



4 persone

Lista ingredienti

1 kg di polpo già arricciato
600 g patate
100 g pomodorini
40 g olio extra vergine di oliva
Q. b. sale, pepe
8 g paprika
60 g misticanza
1 limone
1 ciuffo di prezzemolo

Procedimento

Pulire e lavare accuratamente il polpo e posizionarlo per la cottura in forno in una teglia fonda e non forata.

FASE	TEMPERATURA	TEMPO	SONDA	UMIDITA'	VENTOLA	PRERISCALDAMENTO	TEMPO
1	99°	50'	/	100%	V5	/	/

Lavare e pelare le patate che vanno poi tagliate a cubetti di 1 cm di lato, posizionarle in una teglia forata e cucinare in forno come da impostazioni riportate nella tabella sottostante.

FASE	TEMPERATURA	TEMPO	SONDA	UMIDITA'	VENTOLA	PRERISCALDAMENTO	TEMPO
1	99°	22'	/	100%	V5	/	/

Nel frattempo lavare e tritare finemente il prezzemolo.

Al termine della cottura del polpo lasciarlo intiepidire per 10 minuti, posizionarlo in un tagliere per ridurlo a pezzettini, dividerlo a metà, tagliare la testa, staccare i tentacoli dal corpo centrale e poi tagliare tutto a pezzetti di 2-3 cm.

Prendere un piatto e posizzarvi al centro un anello di 10 cm di diametro.

In una ciotola condire le patate ancora tiepide con olio extra vergine di oliva, sale e pepe e aromatizzare con il prezzemolo tritato, mescolare poi delicatamente per insaporire.

Successivamente posizionare uno strato di patate condite di circa 2 cm sul fondo all'interno dell'anello.

In un'altra ciotola procedere con il condimento del polpo tagliato a pezzetti con olio extra vergine di oliva e paprika.

Versare il polpo condito creando un altro strato dentro l'anello.

Procedere tagliando i pomodorini e guarnendo la composizione con un tocco di colore.

Per completare il piatto, posare un ciuffo di misticanza, eventualmente condita con vinaigrette al limone, infine spolverare il piatto con un po' di paprika ed eventualmente uno spicchio di limone se gradito.

L'insalata di polpo, patate e paprika è pronta per essere gustata!

Consigli dello Chef

Se amate i sapori più decisi potete aromatizzare l'acqua del polpo con delle bacche di ginepro che conferiranno un gusto più intenso al mollusco.

Una altra variante molto diffusa è quella di aggiungere l'aglio crudo tritato per condire la preparazione.