

Insalata di polpo

Igredienti

- Polipo intero circa 1 Kg
- Olive
- Sale
- Pepe nero
- Gambi di sedano
- Carote
- Prezzemolo
- Limone
- Aceteo di vino
- capperi

Preparazione

Innanzitutto procedi nella pulitura. L'obiettivo è quello di utilizzare i **tentacoli** e per chi gradisce, anche la testa. Incidi con un coltello la sacca sopra gli occhi e svuota tutto il contenuto. Lava sotto acqua corrente molto bene. Metti sul fuoco una pentola piena d'acqua, aggiungi il sale e quando bolle immergete il **polpo** che lascerai cuocere per circa 30 minuti. Controlla la cottura, ogni tanto, con una forchetta.

Intanto prepara l'**insalatina di verdure** da aggiungere come condimento: sbuccia le **carote** e tagliale a listarelle sottili. Pulisci e lava il sedano e taglialo a rondelle. Mettili in una ciotola e condisci con sale, **olio**, pepe e lascia riposare.

Quando il polpo sarà cotto, estrailo dall'acqua e passalo in una ciotola d'acqua molto fredda per far sì che i tentacoli si tengano ben dritti.

Taglia a **rondelle** il polpo e riponilo nel vassoio che contiene l'insalatina. Aggiungi il succo di un **limone**, un giro di olio e **aceto**, una spolveratina di pepe e il **prezzemolo** tagliato a pezzi non troppo piccoli.

Mescola il tutto e impiatta.

Buon appetito..!