



Salada de Polvo Colorida



Dificuldade
Fácil



Tempo
Entre 30-
60 min



Nº de pessoas
4 Pessoas

Ingredientes

- 1 emb. de Polvo PESCANOVA
- 1 cebola pequena
- 12 azeitonas pretas
- 1/2 pimento verde
- 1/2 pimento vermelho
- 1 tomate grande
- 1 c. de sopa de alcaparras
- Azeite e vinagre de sidra q.b.
- Sal e pimenta preta q.b.
- Cebolinho q.b.

Preparação

1. Descongelar o Polvo. Colocar água ao lume, numa panela de pressão, e deixar ferver. Para que o Polvo não perca a pele durante a cozedura, espetar um garfo na cabeça do Polvo e mergulhar na água a ferver durante 2 seg., retirando de seguida. Repetir esta operação três vezes consecutivas. Depois, colocar o Polvo e fechar a panela de pressão. Quando começar a sair a pressão, deixar cozer durante 15 a 20 min.
2. Picar a cebola e as azeitonas e cortar em cubinhos os pimentos e o tomate, colocar numa saladeira juntamente com as alcaparras (bem escorridas) e o polvo. Temperar de azeite, vinagre, sal, pimenta preta e cebolinho picado e envolver bem.
3. Servir a salada à temperatura ambiente ou fria, acompanhada com tostinhas ou pão torrado.

Produtos Associados



Polvo Limpo

800 g