
Polpo con giardiniera fresca di verdure

Autore: Massimiliano Fattorini

Fonte: Città Nuova

Un classico della cucina ligure in versione finger food!

L'idea, molto semplice in sé, è di preparare tanti piccoli contenitori con un po' di giardiniera fresca all'interno, un po' di polpo e un goccio di olio extra vergine di oliva. Ognuno prima di gustarlo agiterà il contenitore ermetico in modo da condirlo. La scelta del contenitore non è solo estetica ma anche pratica, in quanto permette di preparare il tutto per tempo lasciando i contenitori in frigorifero in attesa di usarli nella giornata.

Ecco quindi la semplice e veloce ricetta per questo ottimo finger food di polpo e giardiniera fresca di verdure:

Ingredienti per una decina di vasetti

per il polpo:

un polpo di circa 500 grammi

un porro

una carota

una costa di sedano

mezzo bicchiere di vino

il succo di un limone

un rametto di dragoncello

alcuni grani di pepe nero

sale

per la giardiniera:

due carote

un piccolo peperone rosso

un piccolo peperone giallo

una costa di sedano

uno zucchini

3 cipolline (tipo quelle borretane)

aceto di vino bianco (un bicchiere circa)

zucchero (un cucchiaino colmo)

sale

olio evo

Incominciare pulendo il polpo, farlo quindi cuocere per 30 minuti circa in acqua bollente con una costa di sedano, una carota, un porro, il rametto di dragoncello, il succo di lime, il vino bianco, alcuni grani di pepe nero e un cucchiaino di sale grosso; passato il tempo, spegnere e lasciare riposare a bagno nell'acqua di cottura per una decina di minuti, quindi tagliarlo a pezzi.

Nel frattempo preparare la giardiniera: sbucciare le carote e le cipolle, pulire i peperoni eliminando i semi centrali, cubettare tutte le verdure (tagliare a piccoli tocchetti) eccetto le cipolle che andranno tagliate una volta cotte. Mettere su l'acqua nella pentola, aggiungere un bicchiere di aceto di vino bianco, un cucchiaio di zucchero e regolare di sale, vi consiglio di assaggiare per regolare eventualmente l'acidità/dolcezza, quando bolle cuocerci le verdure per circa dieci minuti, anche in questo è conveniente assaggiare e decidere il grado di "croccantezza" voluto, scolare, tagliare a pezzetti anche le cipolline e mettere a freddare da parte.

Nei contenitori ermetici mettere due strati alternati di polpo, giardiniera, quindi versare un filo di olio extra vergine di oliva, chiudere e conservare al fresco, in attesa dell'utilizzo.

Servire con forchettine e consigliare a tutti di agitare i contenitori in modo da condire con l'olio.

Buon appetito a tutti!