
Insalata di polpo con pomodori, olive taggiasche e sedano

Autore: Massimiliano Fattorini

Fonte: Città Nuova

Oggi vi proponiamo un piatto semplice, ma ricco di gusto, dal sapore ricco e profumato. Dal blog [La piccola casa](#)

Questa è una semplice ricetta che può essere preparata in anticipo al mare o in campagna. L'idea nasce dalla classica insalata di polpo a cui ho aggiunto un po' di pomodori e il croccante del sedano fresco, il tutto profumato con un po' di succo di lime. Ecco quindi la ricetta per preparare questa ottima insalata di polpo fresca e croccante.

Ingredienti per 4 persone:

un polpo di circa un chilo e mezzo

due coste di sedano fresco

una manciata di olive taggiasche sott'olio

tre pomodori cuore di bue

foglie di sedano tritate

il succo di un lime

un lime intero

alcuni chiodi di garofano

olio evo (extra vergine di oliva)

sale e pepe

Pulire il polpo facendo un taglio alla base della grossa testa, rovesciarla ed eliminarne tutto il contenuto, rimuovere anche il becco e gli occhi, lavare bene.

In una pentola capiente versare abbastanza acqua per coprire il polpo, inserire i chiodi di garofano nel lime, sistemarlo nella pentola e portare a ebollizione, quindi aggiungere il polpo, salare e cuocere per circa un'ora schiumando di tanto in tanto.

Terminata la cottura lasciare riposare a bagno sinché l'acqua non sarà fredda, quindi prendere il polpo scolandolo, per chi vuole eliminare le ventose dai tentacoli.

Tagliare il polpo a pezzetti e rondelle quindi versarlo in una boule, aggiungere il sedano tagliato a pezzi e il pomodoro a tocchetti, condire con un trito di foglie di sedano, olio extra vergine, le olive taggiasche ed aggiungere una bella macinata di pepe nero fresco.

Buon appetito e buon weekend a tutte e tutti.