

Polvo Guisado I



Ingredientes: 1 quilogramas de polvo
0 totaste de cebola (picada)
0 totaste de azeite
3 unidade de tomates
1 decilitro de vinho branco
0 totaste de salsa (picada)
1 unidade de alho (picado)

Instruções de preparação:

Lave muito bem o polvo e arranje-o. Corte os tentáculos e o saco em bocados regulares. Introduza-o em água durante alguns minutos. Escorra bem o polvo. Faça um refogado pouco apurado com a cebola picada e o azeite. Junte os bocados de polvo . Adicione o tomate, tempere com um pouco de sal e deixe cozer durante 10 minutos. Regue-o com o vinho branco e acrescente a salsa e o dente de alho. Deixe cozer em lume brando, com o recipiente tapado, até o polvo estar macio. Se necessário rectifique os temperos.

Sugestões Adicionais: