



ROSA de los VIENTOS

Exquisitas recetas de Pulpo

Fáciles y rápidas



Pulpo estilo Ons



Ingredientes para 4 personas

- 1 Bolsa de pulpo cocido
- 1/2 Kilo de patatas
- 1 Litro de fumet de pulpo
- 1/2 Vaso de Aceite de oliva extra
- 4 Dientes de Ajo
- 1 Cucharada de pimentón dulce
- 1 Pellizco de pimentón picante
- Unas gotitas de vinagre de Jerez
- Sal al gusto

Preparación

Se vierte el fumet de pulpo en una olla y se añaden las patatas previamente peladas. Una vez cocidas las patatas se añade el pulpo cocido en trozos de 2 cm aprox.

A continuación retiramos el recipiente del fuego y reservamos, mientras hacemos la ajada a base de ajos refritos, la cucharada de pimentón y el vinagre.

Finalmente, colocamos el pulpo cortado en una fuente con los trozos de patatas y lo aderezamos con la ajada y la sal.

Arroz de pulpo

Ingredientes para 4 personas

- 1 Bolsa de pulpo cocido
- 1 Botella de fumet de pulpo
- 1 Cebolla
- 1/2 Pimiento rojo
- 1/2 Pimiento verde
- 1/2 Tomate maduro
- 1 Diente de ajo
- Sal

Preparación

Previamente se hace un sofrito con una cebolla, medio pimiento rojo, medio pimiento verde, medio tomate y un diente de ajo.

Cuando esté toda la verdura pochada se le añade el arroz para que se impregne con el sofrito e inmediatamente el fumet de pulpo. Cuando queden 2 minutos para que el arroz esté en su punto, se le añade el pulpo cocido y troceado en trozos de 1 cm. Se deja reposar 5 minutos.



Pulpo a la feria

Ingredientes para 4 personas

- 1 Bolsa de pulpo cocido
- 1 Chorro de Aceite de oliva Extra
- 1 Cucharada de pimentón dulce
- Sal en escamas



Preparación

Cortar el pulpo en rodajas de medio centímetro de grosor aproximadamente y colocarlo en un plato de forma circular, taparlo con otro plato y calentarlo en el microondas a máxima potencia 90 segundos.

Sacarlo con cuidado, quitar el exceso de agua y sazonarlo con pimentón dulce, un pellizco de pimentón picante, sal en escamas y aceite de oliva virgen extra.

Empanada de Pulpo



Ingredientes para 4 personas

- 1 Bolsa de pulpo cocido
- Masa para empanada
- 3 Cebollas grandes
- 1 Pimiento Rojo
- 1 Tomate maduro
- 2 Dientes de ajo

Preparación

En una sartén con aceite hacer un sofrito de pimiento rojo, ajo picado fino y cebolla. Añadir al sofrito el pulpo cortado en rodajas. Se estira la masa con un rodillo de madera y se rellena con el sofrito. Poner la otra capa de masa por encima y pincelar con huevo. Pinchar la masa. Precalear el horno 10 min, hornear 10 min. más a 170°.

Ingredientes para 4 personas

- 1 Bolsa de pulpo cocido
- 1/2 Vaso de Aceite de oliva virgen
- 4 Dientes de ajo
- 1 Cucharada de pimentón dulce

Preparación

Se sofríen los ajos en el aceite y se añaden el pimentón dulce y picante. Se filtra el aceite y se vierte en una plancha o sartén calentada previamente. Se cortan las patas longitudinalmente en dos mitades y se marcan a fuego muy fuerte. Se adereza con unas escamas de sal y un poco de aceite del sofrito. Se puede acompañar con cachelos cocidos en agua de pulpo o grelos al ajillo.

Pulpo a la plancha

- 1 pellizco de pimentón picante
- Sal al gusto



ROSA de los
VIENTOS

FRIGORIFICOS ROSA DE LOS VIENTOS S.L.
www.rosadelosvientos.es

Puerto de Marín, s/n 36900 Marín (Pontevedra)

Tel.: +34 986 891 850 | Fax: +34 986 891 462

info@rosadelosvientos.es

Empresa certificada

pescadeRías
¿de onde se non?

galicia
calidade



Grupo de Acción Local
do sector Pesqueiro
Ría de Pontevedra

XUNTA
DE GALICIA

UNIÓN EUROPEA
Fondo Europeo
Marítimo e de Pesca