Recetas SAL Y PIMIENTA🌺



PLATOS PRINCIPALES

Pulpo sobre piña asada y puré de patata

1h30 · 6 raciones · 577 kcal

Ingredientes

- **1** pulpo entero crudo (2,5 kg)
- Patatas
- Mantequilla
- Leche
- Laurel
- Perejil
- Pimentón dulce
- Sal y pimienta molida
- Aceite de oliva

PIÑA

- **1/2** piña
- Azúcar moreno
- Ron

POR RACIÓN

Proteínas	**54 g**
Grasas	**18 g**
Hidratos	**47 g**
Fibra	**4,4 g**

Elaboración

1. Lavar el pulpo bajo el grifo hasta que suelte el líquido morado
2. Dar al pulpo tres sustos: meterlo en agua hirviendo durante 1 o 2 segundos, sacarlo y repetir el proceso 3 veces más
3. Quitar la espuma sobrante y dejar cocer el pulpo en la olla unos 45-50 minutos
4. Mientras tanto, cocer las patatas y, cuando estén hechas, lavadas y peladas, aplastarlas con un tenedor junto con un poco de mantequilla, leche, pimienta y sal; mezclar y reservar
5. Cortar la piña en rodajas finas (mejor si es natural), colocarlas en una bandeja para horno, añadir un chorreón de ron (o algún licor que guste) y un poco de azúcar moreno; hornear 15 minutos a 180 grados y reservar
6. Sacar el pulpo, trocearlo un poco y colocarlo en la bandeja de horno donde estaba la piña; añadir sal, pimienta, un poco de pimentón, perejil, unas hojas de laurel y aceite de oliva
7. Hornear 20 minutos a 200 grados
8. Emplatar con el puré de patata y disfrutar

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Recetas SAL Y PIMIENTA🌺
cooknest.app/@recetasalypimienta · Instagram @recetasalypimienta