



Platos de memoria

PULPO EN SALSA

Ingredientes:

- 2 KILOS DE PULPO
- 1 CEBOLLA
- 3 TOMATES ,GRANDES
- 1 MANOJO DE PEREJIL
- 1 PIMENTA PICONA
- UNAS RAMAS DE TOMILLO
- ½ VINO TINTO
- 1 CUCHARILLA DE PIMENTON DULCE
- AZUCAR
- SAL AL GUSTO

Elaboración:

Pondremos un recipiente grande con dos litros aproximado de agua, cuando este hirviendo introducimos el pulpo.

A la hora aproximadamente pinchamos para comprobar si esta guisado. Lo troceamos y apartamos.

Ponemos en caldero un poco de aceite ,añadimos la cebolla picada los ajos y la pimienta... sofreímos y agregamos el vino, dejamos se evapore y añadimos los tomates el laurel y tomillo.

A continuación el pulpo, sal, azúcar y un poco de pimentón dulce. Dejar 30 min al fuego.

Añadimos el perejil muy picadito y apagamos.

Acompañamos de papas sancochadas.

metroymediamascerca

Programa de Acción Comunitaria con Mayores





Tu recuerdo ...

Éste era el plato que preparaba D^o Manuel Torres (pescador) y tío de Ángela Torres cuando bajaban a visitar a su familia a Arguineguin.