

Carpaccio di polpo

Il **carpaccio di polpo** è un piatto formato da fettine di polpo cotto e messo a compattare in modo che affettandolo i vari pezzi rimangano insieme, per effetto della gelificazione, dando un bellissimo effetto visivo. Va sempre preparato il giorno prima perchè deve riposare per almeno 24 ore in frigorifero prima di essere affettato.

Il **carpaccio di polpo** è un ottimo antipasto e viene condito con olio, limone, pepe ed erbe a piacere (prezzemolo oppure erba cipollina), ma può essere utilizzato anche per farcire panini o toast di mare.

Il **carpaccio di polpo** deve essere servito freddo, altrimenti le fette perdono compattezza, ed è adatto anche come secondo piatto raddoppiandone le dosi.

INFORMAZIONI

- 8 persone
- 90Kcal a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **1 ora e ½**
- ricetta **light**
- si può **preparare in anticipo**
- si può **mangiare fuori**

INGREDIENTI

- 1 kg di polpo
- 1 cipolla bianca
- 1 carota
- 1 costa di sedano
- 1 cucchiaino di pepe nero in grani
- 3 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- Mezzo limone
- Pepe nero macinato al momento
- Prezzemolo tritato

PREPARAZIONE

- Pulire il polpo lavandolo accuratamente sotto acqua fresca corrente, eliminare le viscere contenute nella sacca, gli occhi, il dente centrale e strofinarlo per eliminare la patina vischiosa.
- Pulire la cipolla eliminando lo strato esterno di consistenza cartacea, quindi tagliarla a spicchi.
- Lavare la carota, eliminare le estremità e affettarla nello spessore di mezzo centimetro circa.
- Lavare il sedano, eliminare le parti rovinate, quindi affettarlo nello spessore di mezzo centimetro circa.
- Mettere in una pentola piuttosto alta l'acqua e le verdure. Aggiungere il pepe nero in grani e metterla sul fuoco. Portarla a bollore.
- Quando l'acqua bolle unire il polpo calandolo nell'acqua tenendolo per la testa. Se volete far arricciare i tentacoli, immergetelo per tre volte prima di calarlo definitivamente.
- Coprire, attendere che riprenda il bollore, quindi abbassare a minimo la fiamma. L'acqua deve appena sussultare per tutta la durata della cottura.
- Cuocere per 20 minuti a pentola coperta.
- Trascorso il tempo indicato spegnere il fuoco e lasciar riposare 20 minuti, sempre a pentola coperta.
- Sollevare il polpo con una pinza da cucina e infilare i denti di una forchetta alla base dei tentacoli. Deve entrare morbidamente, segno che è ben cotto. Se la carne del polpo fa resistenza proseguire l'ammollo per un'altra decina di minuti.
- Quando pronto tirarlo su dall'acqua e metterlo su un tagliere.
- Tagliare i tentacoli alla base dell'attaccatura con il corpo e il corpo a pezzi.
- Tagliare una bottiglia di plastica a metà altezza e disporvi all'interno tutti i pezzi del polpo pressandoli man mano con un batticarne affinché siano ben pigiati.
- Inclinare la bottiglia quando si pigia con il batticarne in modo da favorire la fuoriuscita dell'acqua in eccesso.
- Quando tutto il polpo è stato inserito praticare dei tagli sull'eccedenza della bottiglia per formare delle linguette da ripiegare per sigillare la bottiglia.
- Tenendo il tutto molto ben compattato avvolgere saldamente nella pellicola trasparente.
- Mettere il blocco così ottenuto nel frigo per 24 ore, quindi passarlo nel freezer per mezz'ora prima di affettarlo.
- Quando è il momento di affettarlo eliminare la pellicola, tagliare la bottiglia facendo attenzione a non rovinare il polpo all'interno, quindi affettarlo molto sottile, meglio se con un'affettatrice.
- Riporre le fette di polpo in un piatto da portata e condire con un'emulsione di olio e succo di limone appena spremuto, pepe macinato al momento e (se piace) prezzemolo tritato.
- Il piatto va servito freddo, altrimenti le fette non manterranno la loro compattezza. Se non si mangia immediatamente coprire bene e conservarlo il frigo.



STAGIONE

Marzo, aprile, maggio, giugno, luglio, agosto, settembre, dicembre

AUTORE

Ricetta realizzata da Barbara Farinelli. Fotografia di Giovanni Caprilli. Tutti i diritti riservati.

I consigli di Barbara

A livello professionale questo carpaccio viene preparato usando un'apposita pressa, difficile da trovare. Si può sostituire però con una bottiglia di plastica vuota, purchè abbia forma circolare e sia abbastanza liscia.