

[RЯ]

(<https://www.ricetteregionali.net/>)

## *Polpo in umido*



**4** Persone

**secondi** Categoria

**media** Difficoltà

**2 ore** Tempo

Attrezzatura : **tegame di coccio con coperchio**

### **Ingredienti**

- 8 polpi piccoli
- 1 ciuffetto di prezzemolo
- 2 foglie di salvia
- 4 foglie di basilico
- 1 carota
- 1 gambo di sedano
- 1 bicchiere di vino bianco secco
- olio extravergine d'oliva
- sale
- pepe

## **Preparazione Polpo in umido**

### **Passo 1.**

Prendete i polpi, puliteli, batteteli, spellateli e metteteli in un tegame di coccio con olio, prezzemolo tritato, la carota tagliata a grossi pezzi, la costa di sedano, la salvia, basilico, sale e pepe.

### **Passo 2.**

Aggiungete poca acqua, mettete il coperchio al tegame e fate cuocere a fuoco molto basso per 1 ora e trenta minuti mescolando di tanto in tanto.

### **Passo 3.**

Quando il polpo sarà cotto, servite caldo.

#### **Note**

- ✓ **Nazionalità:** Italiana
- ✓ **Pubblicata:** 01/10/2015
- ✓ **Calorie:** 0 a porzione
- ✓ **Rating:** 4.0 (1 review)
- ✓ **Autore:** Carmelo Scuderi (<https://www.facebook.com/ricetteregionali>)