

Bocconcini di polpo croccante con hummus di zucca



Una ricetta di Teo Chiaravallotti.

Preparazione



Tempo richiesto ca. 120 minuti



Difficoltà Media - Per appassionati



Dosi 4 persone

Caratteristiche



Piatto Pesce - Polpo



Prodotto tipico Zucca - Km 0



Adatto in Autunno - Cene romantiche

INGREDIENTI

Polpo

- 800 g di polpo
- 0.3 dl olio extravergine d'oliva
- 1 foglia d'alloro
- 30 g di gambi di prezzemolo
- ½ cipolla
- 1 spicchio d'aglio
- 10 g di prezzemolo
- 1 presa di Espelette (peperoncini affumicato)
- Q.b. misticanza per la guarnizione
- Q.b. semi di zucca per la guarnizione

Hummus di zucca

- 100 g ceci cotti
- 12 g tahina
- 12 g olio evo
- 12 g olio sesamo
- 60 g acqua dei ceci
- 100 g purea di zucca ben asciutta
- Succo di limone q.b.

PROCEDIMENTO

Polpo

1. Pulire il polpo sotto acqua corrente, in una pentola con coperchio, versare l'olio extravergine d'oliva e adagiare dentro il polpo con alloro, gambi di prezzemolo, cipolla, spicchio d'aglio;
2. Coprire e mettere sul fuoco medio;
3. Cuocere per ca 90 minuti controllando che non attacchi, rimestando delicatamente ma senza l'aggiunta di nessun liquido.

Consiglio: Il polpo è cotto quando le punte son tenere sotto le dita. Lasciare temperare nella pentola chiusa e poi pulire i tentacoli dalle ventose. Tagliare a bocconcini e tenere da parte.

Hummus di zucca

1. Frullare con un mixer ad immersione i ceci cotti con l'acqua e la purea di zucca;
2. Montare la purea con gli olii e la tahina e succo di limone;
3. Rettificare di gusto e trasferire in una sacca da pasticciere.

Impiattare

1. Saltare velocemente i bocconcini di polpo, spolverare di prezzemolo ed espelette;
2. Fare 7 spuntoni con l'hummus di zucca, appoggiare i bocconcini di polpo;
3. Guarnire con foglioline di insalata e semi di zucca.