

POLVO ASSADO COM COENTROS E ALHO

INGREDIENTES (4 PESSOA)

1 polvo com aproximadamente 2,5 Kg

Batatinhas para assar q.b.

1 cebola descascada com 4 cravinhos espetados

1 folha de louro

1 raminho de salsa

100 ml de vinho tinto

2 litros de água mineral

1 ramo de coentros

8 dentes de alho esmagados

1 cabeça de alho aberta ao meio

3 dl de azeite

Azeite q.b.

Sal q.b.

Flor de sal q.b

PREPARAÇÃO

Se possível, compre o polvo fresco. Lave e esfregue bem o polvo, retire-lhe a cabeça e use apenas os tentáculos. Enrole os tentáculos do polvo em película aderente, retire bem o ar, feche e congele durante, pelo menos, 24 horas. Descongele o polvo. Quando polvo estiver descongelado, aqueça a água mineral e deixe levantar fervura. Junte uma cebola descascada com cravinhos espetados, louro, um raminho de salsa e vinho tinto. Deixe levantar fervura novamente e junte os tentáculos do polvo. Certifique-se que o polvo fica todo submerso. O polvo deverá cozer tapado, em lume brando, cerca de 40 minutos ou até estar tenro (atenção que se cozer demasiado o polvo fica duro). Passados os 40 minutos, desligue o lume, destape, corrija os temperos com um pouco de sal, tape novamente e deixe o polvo descansar dentro do tacho mais 20 minutos.

Enquanto espera pelo polvo, coloque as batatinhas para assar num tabuleiro e tempere-as com um pouco de sal e com um fio de azeite. Leve as batatinhas ao forno para que assem durante 10 a 20 minutos (o objectivo é ficarem pré-assadas). Quando o polvo estiver cozido, retire-o do caldo e coloque-o no tabuleiro de forno por cima das batatas. Acrescente ao tabuleiro algumas colheres de caldo da cozedura do polvo, o azeite, os dentes de alho esmagados e a cabeça de alho aberta ao meio. Leve ao forno pré-aquecido a 180 ° C durante 10 a 15 minutos, aproximadamente. Retire do forno, acrescente os coentros cortados grosseiramente e finalize com um bom fio de azeite e um pouco de flor de sal.

