

Mole de olla de mar

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Mole

Jitomate: 3 Unidades

Cebolla: 1 Unidad

Ajo: 2 Dientes

Chile Chipotle seco: 1 Unidad

Chile guajillo seco: 3 Unidades

Chile de árbol seco: 1 Unidades

Aceite Vegetal: 2 cdas.

Pulpo

Mero: 400 g

Camarones: 20 Unidades

Laurel: 2 Hojas

Ajo: 2 Dientes

Sal gruesa: 5 cdas.

Cebolla: 1 Unidad

Tomillo: 4 Ramas

Mejorana: 4 Hojas

Pulpo: 600 g

Varios

Epazote: 5 Hojas

Jaiba desmenuzada: 1 Taza

Caldo de camarones: 1 Tazas

Verduras

Ejotes verdes: 100 g

Papines: 4 Unidades

Calabacitas verdes: 1 Unidades

Elotes: 1 Unidades

Zanahoria: 1 Unidad

Preparación de la Receta

Mole

- Corte los chiles al medio, retire las semillas y las nervaduras.
- Pele la *cebolla* y corte en cuartos.
- Pele y machaque los dientes de *ajo*.
- Retire el pedúnculo de los jitomates y pínchelos.
- En una olla con abundante agua cocine los jitomates junto con los chiles, la *cebolla* y los dientes de *ajo* durante 10 minutos. Una vez fríos los jitomates y los chiles licue bien y luego cuele obteniendo una salsa lisa.

Pulpo

- Limpie el pulpo. Colóquelo dentro de un colador y espolvoree con sal gruesa, luego presiones con las manos como si lo lavara unos segundos, por último enjuague para retirar el exceso de sal.
- Pele y corte la *cebolla* por la mitad.
- Pele y machaque los dientes de *ajo*.
- En una olla express con abundante agua caliente cocine el pulpo junto con la *cebolla*, los dientes de *ajo*, el *tomillo*, el *laurel* y la *mejorana* durante 20 minutos aproximadamente. Retire, deje enfriar y corte el pulpo en bocados. Reserve el caldo de cocción.
- Corte el mero en trozos.

Verduras

- Pele y corte las zanahorias en bastones.
- Corte el *calabacita* en bastones.
- Retire ambas puntas de los ejotes.
- Lave y corte los papines por la mitad.

Armado

- Mezcle el caldo de *camarón* con *harina*.
- En una cazuela caliente con aceite vegetal cocine el mole unos 5 minutos, luego agregue 2 tazas del caldo de cocción del pulpo y las zanahorias, cocine durante unos minutos y añada los papines, los ejotes, la *calabacita* verde y los elotes, cocine unos minutos más y agregue los trozos de mero, el pulpo, los *camarones*, las hojas de *epazote*, añada más caldo y la *jaiba* previamente desmenuzada, luego de unos minutos de cocción agregue el caldo de *camarón*, mezcle bien, cocine durante 10 minutos más y retire.

Presentación

- Sirva en un plato todos los ingredientes junto con la salsa.
- Decore con hojas de *epazote* y acompañe con tortillas calientes.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/mole-de-olla-de-mar>