Pulpo a la plancha y polenta con salsas



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Polenta

Manteca: 100 g
Harina de Maíz: 500 g
Sal: 15 g
Aceite De Oliva: 50 cc
Leche: 1 L
Caldo de verduras: 2 L
Laurel: 1 Hoja

Pulpo a la plancha

Limon: 1 Unidad
Pulpo cocido: 1 Unidad
Sal: A gusto
Pimentón: 1 cda.
Pimienta: A gusto
Perejil picado: 2 cdas.
Aceite De Oliva: A gusto
Ajo: 2 Dientes

Ragout de carne

Salchicha parrillera: 1 Unidad
Vino Blanco: 50 cc
Roast Beef: 1 k
Ajo: 1 Diente
Romero: 1 Rama
Extracto De Tomate: 1 cda.
Tomates: 3 Unidades
Laurel: 1 Hoja
Cebolla: 2 Unidades

Ragout de Hongos

Champignones: 100 grs.
Hongos de pino: 50 g
Ajo: 2 Dientes
Jerez: 50 cc
Girgolas: 100 g
Ciboulette: A gusto

Portobellos: 100 grs.

Caldo de carne: 1 Taza

Salsa de tomate al forno

Tomates redondos: 2 Unidades
Azúcar Negra: 2 cdas.
Pimentón: 1 cda.
Tomates Perita: 2 Unidades
Cebollas moradas: 2 Unidades
Salsa de soja: 50 cc
Aceto balsámico: 50 cc
Ajo: 2 Cabezas
Tomates cherry: 100 grs.

Preparación de la Receta

Salsa de tomate al forno

-

- Disponer en una placa para horno

- Tomates redondos y perita cortados al medio, *tomate* cherry enteros, las cabezas de *ajo* cortadas a la mitad, las cebollas cuartos, el azúcar, la sal, el *pimentón* y el aceto.
- Mezclar y cocinar en horno a 180º.

Para la polenta

- Calentar en una olla el caldo, la leche, el *laurel*, la *manteca*, el aceite de oliva, la sal.
- Incorporar la *harina* de maíz en forma de lluvia y revolver.
- Cocinar entre 30 y 40 minutos revolviendo de a ratos.

Para el ragout de carne

- Sellar en una sartén con aceite de oliva la carne y la salchicha cortada en cubos.
- Añadir las cebollas en trozos y el *ajo* machacado.
- Desglasar con el vino blanco, sumar el extracto y los tomates cubeteados.
- Perfumar con el *laurel* y el *romero*.
- Tapar y cocinar por 30 minutos

Para el ragout de hongos

- Cortar en trozos grandes los *hongos* y el *ajo*.
- Hidratar los *hongos* de pino con el jerez.
- Cocinar en una sartén con aceite de oliva.
- Añadir el caldo y el ciboullete picado.

Para el pulpo a la plancha

- Girllar en una **plancha** con aceite de oliva el pulpo previamente *cocido*.
- Mezclar en un bowl el *perejil* y el *ajo* picado con el *jugo* del *limón*, el *pimentón*, sal y pimienta y aceite de oliva.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/pulpo-a-la-plancha-y-polenta-con-salsas