

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 horno

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 horno :

- 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 180°.

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>