POLIPO ALLA BUCE

Ingredienti per 4 persone:

- 2 polipi grandi di 1000 g ciascuno,
- 6 pomodorini sardi,
- 1 ciuffetto di prezzemolo,
- 4 spicchi di aglio,
- olio d'oliva extra-vergine,
- peperoncino in polvere,
- 1/2 dado vegetale,
- 1 bicchiere di vino rosso di media struttura.

Preparazione per cottura rapida in pentola a pressione: circa 40 minuti.
Tritate finemente le foglie di prezzemolo insieme agli spicchi d'aglio.
Mettete sul fuoco a fiamma medio/alta l'olio di oliva; non appena sarà riscaldato aggiungete il trito di prezzemolo ed aglio e fatelo imbiondire appena.
Aggiungete i pomodorini sardi ed i polipi.
Quindi aggiungete il mezzo dado dopo averlo sminuzzato ed innaffiate il tutto con il vino rosso.
A questo punto chiudete la pentola a pressione e, dal momento in cui inizia a bollire,considerate un tempo di cottura di 40 minuti, con una fiamma al minimo, ma verificando che continui a bollire.
Trascorsi i 40 minuti estraete i polipi dalla pentola ed adagiateli su un vassoio per servirli in tavola ben caldi.
Si consiglia un contorno di spinaci saltati.
Come nota finale si può suggerire di fidarsi della ricetta e di non aggiungere sale: il polipo è già molto saporito (al limite lo si può aggiungere a cottura ultimata quando è ancora in pentola se all'assaggio risulterà non sufficientemente saporito).