



POLPO SAPORITO

DI MARIA PIA

Ingredienti:

1 polpo
100g noci
2 arance (in alternativa sedano)
q.b. alloro
q.b limone
q.b sale

Variante:

Si può arricchire con finocchio e ceci lessati volendo

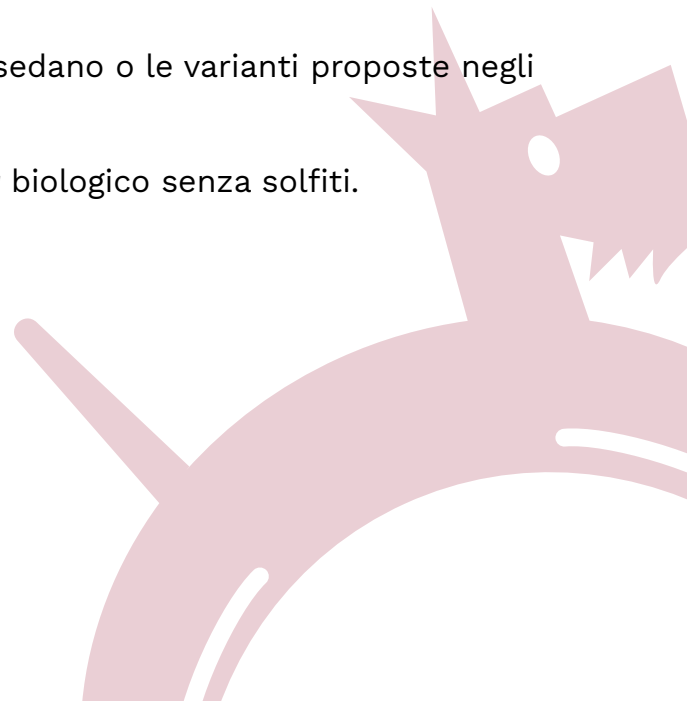
Preparazione:

Fate bollire il polpo in acqua con 2 foglie di alloro, mezzo limone con la buccia e sale q.b.

Quando la forchetta entra facilmente nel polpo spegnete e mettetelo sotto l'acqua fredda.

Condite con olio, noci e dadini di Arance (oppure sedano o le varianti proposte negli ingredienti)

Buon appetito con un bicchiere di **Blanco de Pilar** biologico senza solfiti.





MARIA PIA'S

OCTOPUS

Ingredients:

1 octopus
100g of nuts
2 oranges (celery)
A/R salt
A/R lemon
A/R laurel

Or with celery and boiled chickpeas

Preparation:

Boil the octopus in water with 2 bay leaves, half a lemon with the skin and salt.

When the fork easily enters the octopus, turn off and put it under cold water.

Add the olive oil, nuts and cubes of Oranges (or celery or variants proposed in the ingredients).

Enjoy your appetite with a glass of organic **Blanco de Pilar** without sulfites.

