Peixe e Marisco

POLVO AÇOREANO

Receita de Fã
Fácil
30 Min.
2-4 Doses

INGREDIENTES

- 1 POLVO
- 1 CEBOLA MÉDIA
- 3 DENTES DE ALHO
- 85G DE POLPA DE TOMATE
- 1 PAU DE CANELA
- 1 FOLHA DE LOURO
- 1C.CHÁ DE SAL
- 10CL VINHO TINTO
- PICANTE A GOSTO (TABASCO)
- SALSA PICADA

CONFEÇÃO

1. 1 - Coloque o acessório misturado, coloque o polvo, água até onde diz máx. e seleccione o programa P2 de cozedura lenta a 100º durante 30 minutos.

3. 2 - Após a cozedura do polvo guarde um copo da água que utilizou para cozer o polvo e deite o resto fora, corte o polvo em pedaços e guarde-o.

5. 3 - Troque o acessório misturador pela lâmina picadora e coloque a cebola e os dentes de alho na taça, pique-os á velocidade 10 durante 15 seg.

7. 4 - Adicione a polpa de tomate á taça, os 10 cl de vinho tinto, sal, o pau de canela, a f.de louro e o picante e seleccione o P1 do programa cozedura lenta.

9. 5 - Adicione o copo de água que guardou da cozedura do polvo e seleccione o programa P2 durante 15 min