

# POLVO COM CEBOLADA DE PIMENTOS



## INGREDIENTES

- 1 POLVO MÉDIO
- 4 COLHERES (SOPA) DE AZEITE VIRGEM
- 1 CEBOLA
- 2 DENTES DE ALHO
- 1 FOLHA DE LOURO
- 1 RAMINHO DE TOMILHO FRESCO
- 50 ML DE VERMUTE (OU VINHO BRANCO)
- 1 PIMENTO VERMELHO
- 1 KG DE BATATAS
- 400 ML DE LEITE
- 40 G DE MANTEIGA
- NOZ-MOSCADA Q.B
- SAL E PIMENTA Q.B.

## CONFEÇÃO

1. Arranje o polvo. Deite 700 ml de água para a taça do robot, coloque o cesto de cozedura a vapor com o polvo e programe a 130°C, durante 60 minutos. Escorra a água da taça e reserve o polvo.
2. Descasque a cebola, os alhos e lamine-os. Corte o pimento em tiras finas. Na taça, lavada e com o acessório misturador, junte o azeite, a cebola, o alho, o louro, o tomilho e refogue utilizando o P1 - programa de cozedura lenta. Junte o vermute (ou vinho branco) e programe 2 minutos, velocidade 1 a 130°C. Por fim junte o pimento e cozinhe 5 minutos à mesma velocidade e temperatura. Retifique os temperos, retire a cebolada para um recipiente e reserve.
3. Descasque e lave as batatas, corte-as em pedaços e coloque-as na taça do robot com a lâmina para amassar/triturar. Junte o leite e a manteiga, tempere com noz-moscada, sal e pimenta e selecione o Programa de Cozedura Lenta P3, a 100°C, durante 30 minutos. Depois programe 30 segundos na velocidade 8, passando com a espátula a meio.
4. Num tabuleiro de forno, disponha no centro a cebolada de pimento e sobre esta o polvo. Ladeie com o puré de batata e leve ao forno pré-aquecido a 180°C, durante cerca de 15 minutos.
5. Sirva quente.