Kochwerkstatt Wiesbaden

Unser Rezept für Pulpo a la Gallega aus dem Kochkurs Fisch und Meeresfrüchte.

Zutaten:

1 Tintenfisch

1 Lorbeerblatt

Wacholderbeeren

Pfefferkörner

100ml Olivenöl

5 Kartoffeln vfk.

Meersalz

Geräuchertes Paprikapulver

Zubereitung:

Den Tintenfisch abwaschen, mit dem Lorbeerblatt, Wacholderbeeren und Pfefferkörnern für 20 Minuten im Schnellkochtopf garen.

Die Krake abwaschen, so dass sich die lila Haut löst.

Anschließend abtrocknen und in kleine Stücke schneiden.

Die Kartoffeln waschen, schälen und in sehr wenig und übersalzenem Wasser kochen.

Den Pulpo in einer heißen Pfanne mit dem Olivenöl anbraten und die Kartoffeln auf einem Teller andrücken, den Tintenfisch drauf anrichten und mit dem Paprikapulver bestreuen.