



TRILOGIA DE POLVO

INGREDIENTES

Polvo
Soja
Laranja
Lima
Coentros
Gel de Laranja
Puré de aipo
Romã
Azeite de endro

PREPARAÇÃO

O mesmo polvo é cozido e confeccionado de três formas diferentes.

Carpaccio - cozer o polvo, retirar a cabeça e cortar só os tentáculos grandes e juntar os tentáculos todos numa película aderente. Enrolar uma ponta e a outra fecha, no sentido inverso, um para um lado outro para o outro. Faz-se uns furinhos para sair o ar, torna a fechar e depois na máquina do fiambre corta-se. E está o carpaccio feito.

O torcinho de polvo é só temperado com azeite e maçaricado. Com o resto do polvo que sobra, marina-se em sésamo, soja, laranja e lima. Acrescenta-se o gel de laranja, o puré de aipo, a romã e o azeite de endro.

CHEF RUI PAULA
LOCAL RESTAURANTE DOC,
FOLGOSA DO DOURO
REGIÃO DOURO
Receita inspirada nos ensinamentos de
ANA MARIA

AZEITE QUINTA DOS MURÇAS
VINHO MURÇAS MINAS 2015

