

POLVO EM VINHO TINTO

www.saborintenso.com

INGREDIENTES PARA 4 PESSOAS

TEMPO DE PREPARAÇÃO: 50 MINUTOS

1,6 kg de polvo cortado em pedacinhos
80 ml de azeite
1 colher de sopa de banha
1 cebola grande picada
3 dentes de alho picados
2 tomates maduros sem pele cortados em cubos
2 folhas de louro
1 raminho de salsa atado com um fio
125g de chouriço de carne cortado em rodela
1 malagueta
3 cravinhos
0,5 l de vinho tinto
Sal q.b.

PREPARAÇÃO

1. Num tacho, leve ao lume a banha, o azeite, a cebola, os alhos e as folhas de louro. Mexa e deixe refogar.
2. Depois de refogado, junte o tomate e o polvo. Tempere com sal. Junte o chouriço e a malagueta. Mexa e junte o raminho de salsa, os cravinhos e o vinho tinto. Tape e deixe cozinhar em lume moderado entre 30 a 40 minutos até o polvo ficar tenrinho. Depois do polvo cozido, está pronto a servir. Acompanhe este prato com arroz de manteiga e triângulos de pão frito.

Custo: 12.00 € ; Custo por pessoa: 3.00 €

<http://www.saborintenso.com/f17/polvo-vinho-tinto-10163/>

www.saborintenso.com