

Fées Mains by Marjorie



Salade de poulpe au citron :

A préparer la veille

Les ingrédients pour 4 personnes : 2 petits poulpes nettoyés (800g) – 2 citrons jaunes – 1 poivron vert – 15 tomates cerise – 1 oignon rouge – 10cl d'huile d'olive – 3 brins de coriandre – 1 brin de thym – 1 feuille de laurier – 2 clous de girofle – sel – poivre – 100g de câpres (facultatif)

Rincer les poulpes préparés par le poissonnier et les plonger dans une grande casserole d'eau bouillante salée avec le brin de thym, la feuille de laurier et le demi-oignon piqué des clous de girofle.

Faire cuire environ 1h15 à feu moyen.

Vérifier la cuisson des poulpes à l'aide d'une pique qui doit s'enfoncer facilement.

Egoutter les poulpes, les laisser refroidir et les rincer à l'eau froide.

Réserver une nuit au réfrigérateur.

Le lendemain, laver, couper et épépiner le poivron. Le découper en petites lanières. Laver et sécher les tomates cerise. Presser le jus des citrons et prélever avec la pointe d'un couteau la pulpe des suprêmes.

Dans un saladier, mélanger le jus des citrons et leur pulpe, l'huile d'olive, les lanières de poivron, les tomates cerise coupées en deux, les câpres et les poulpes coupées en morceaux. Saler et poivrer à convenance.

Réserver 2h au réfrigérateur.

Déguster bien frais.

Fées Mains by Marjorie
<http://creationsdemarjo.canalblog.com>