

Ragù di polpo

Penso che questa sia una delle prime ricette che ho imparato a cucinare. Fin da piccolo infatti al mare andavo a pesca di polpi con mio padre, quindi durante le vacanze ce n'era sempre una grande abbondanza. Oltre a cucinarlo in insalata, preparavo spesso il sugo per la pasta, procedendo come per il ragù.



Ingredienti per 3-4 persone:

- 1 polpo fresco o congelato (circa 500-700 gr)
- 1 spicchio d'aglio
- due cucchiai di prezzemolo tritato
- olio extravergine d'oliva
- vino bianco secco, 1 bicchiere
- passata di pomodoro, circa un bicchiere
- peperoncino in polvere, a piacere

Assicurarsi che al polpo siano stati rimossi gli organi della testa, dopodichè rimuovere il dente centrale premendo ai lati con i pollici fino a sfilarlo, poi rimuovere gli occhi incidendo la carne tutto intorno, dopodichè sciacquarlo abbondantemente sotto l'acqua calda per togliere il viscido sulla pelle. Tagliare a cubetti piuttosto piccoli con un coltello affilato.



In una casseruola versare abbondante olio extravergine d'oliva e soffriggere uno spicchio d'aglio tagliato a fettine con il prezzemolo tritato; appena l'aglio inizia a dorare unire il polpo e fare asciugare, a fiamma vivace, per circa 10 minuti.



Sfumare con il vino bianco e cuocere per altri 10 minuti circa. Quando il liquido di cottura inizia a restringere unire la passata di pomodoro e il peperoncino a piacere, mescolare bene e continuare la cottura per altri 15-20 minuti, coprendo la casseruola con un coperchio lasciando però spazio al vapore per fuoriuscire.



Quando il sugo si addensa diventando cremoso, spegnere la fiamma, regolare di sale se serve ed aggiungere altro peperoncino a piacere.