



Polvo com esmagada de batata doce e espinafres



Categoria
Peixe



Tempo de preparação
Demorado



Dificuldade
Médio



Custo
Médio




Com quem?
Com a família



Nº de pessoas
4 pessoas

Ingredientes

 100ml de Gallo Azeite Extra
Virgem Premium Azeite
Novo 2019-2020

- 2,5kg de polvo congelado
- 500g de batata doce
- 125g de espinafres em folha
- 100g de cebola
- Q.b. de sal e pimenta

Modo de preparação

1

Coza o polvo em água e cebola cortada em quartos, até este estar macio.

2

Asse a batata doce e retire a polpa; de seguida, coloque em tacho e envolva os espinafres, temperando com sal e pimenta de moinho.

3

Corte as pernas do polvo, regue com o Azeite Novo e leve ao forno a tostar levemente.

4

Sirva sobre a esmagada de batata doce, e regue com o Azeite Novo retirado do forno.

Produtos utilizados



Azeite Novo 2019-2020
Azeite Virgem Extra Premium

Veja também

Salada de polvo com batatas e feijão verde

🐟 Peixe ⌚ Médio 🍴 Médio

Lulas grelhadas com ervas e malaquetas

🍝 Massas ⌚ Médio 🍴 Fácil

Linguini com cavala

🐟 Peixe ⌚ Rápido 🍴 Fácil

Bruschetta de sardinha à portuguesa

🐟 Peixe ⌚ Médio 🍴 Fácil

Atum com batatas e espargos



Mais receitas em

www.galloportugal.com

© 2024 Todos os direitos reservados à Gallo Worldwide