



Habas tiernas con pulpo

Descripci3n



Una receta simple y f3cil, y cuando digo f3cil es que no lo puede ser m3is. Juzgad vosotros mismos.
Os dejo enlaces de alguna otra receta con pulpo: [Alubias con pulpo](#), [Guisantes con pulpo y acelgas](#).

Ingredientes: (Para cuatro personas).

- 450 gr de habas ya sin vaina, pueden ser frescas o congeladas. Las de Mercadona congeladas (Habas baby) son ideales.
- 250 gr de pulpo cocido. En las grandes superficies tenemos patas ya cocidas.
- 1 cucharadita de postre de pimentón dulce.
- 1/2 cucharadita de postre de pimentón picante. Es opcional pero creo que le da un toque.
- Sal, aceite de oliva.

Preparación:

En una olla rápida echamos las habas sin descongelar, con agua que las cubra y pizca de sal. Si son frescas, quitamos la vaina y las pasamos por el grifo. Cerramos la olla y la ponemos al fuego, cuando empieza el vapor dejaremos 5 minutos. Transcurrido el tiempo retiramos del fuego.

Una vez fría la olla abrimos y escurrimos las habas, reservamos.



Reservamos.

Ponemos una cazuela baja y ancha al fuego con un chorrito de aceite de oliva y añadimos las habas y el pulpo troceado, removemos, salteamos unos minutos. Añadimos el pimentón dulce y picante (opcional), mezclamos bien, sin que se nos queme el pimentón.



Regamos con un chorro generoso de aceite de oliva y servimos.



Consejo: Se puede hacer con antelación, tendremos cuidado de que al calentar no se nos queme el pimentón, porque amarga.

Síguenos en Facebook: **facebook.com/masqpostres**

En la web: **www.masqpostres.es**

Mándanos tus recetas, opiniones, sugerencias a nuestro correo:

hola@masqpostres.es

Y si quieres recibir al instante nuestras nuevas recetas, suscríbete pinchando en «Suscribir», en la parte superior derecha de nuestro blog o en la inferior si lo haces desde el móvil.

Categoría

1. Pescados y mariscos
2. Verduras hortalizas y legumbres

Fecha de creación

octubre 4, 2017

Autor

admin