



Sepia estofada con patatas Â«en coloraoÂ»

Descripci3n



Otra de esas recetas de interesantes de Internet.

La he hecho en dos partes: en olla rápida y olla convencional, es sencilla y me parece un plato completo y lo mas importante, calentito para estas fechas. Supongo que también quedará bien con pulpo, calamar y claro, con cualquier pescado, pero con sepia me pareció distinto.

Ingredientes: (Para cuatro personas).

- 1 kg de sepia. Puede ser congelada.
- Las patatas que acostumbráis a poner para cuatro personas.
- 1 cebolla mediana.
- 1 tomate mediano maduro.
- 1 pimiento verde.
- 1/4 de pimiento rojo mediano.
- 6 dientes de ajo. Se puede poner menos.
- 1 vasito (150 ml aproximadamente) de vino blanco.
- 1 cucharadita de postre de pimentón dulce.
- 1/2 cucharadita de postre de pimentón picante. Opcional.
- 1 hoja de laurel.
- Aceite de oliva, sal, perejil picado.

Preparación:

Limpiamos bien la sepia. Yo la he comprado limpia, también puede ser congelada. Troceamos no demasiado menuda y reservamos puesta en un colador para que suelte el exceso de agua.

Lavamos, pelamos el pimiento rojo, troceamos menuda la verdura y la ponemos en la olla rápida con un chorro de aceite de oliva junto con el laurel. Colocamos en el fuego y dejamos que vaya cogiendo color. Pelamos, troceamos el tomate y reservamos.



Pelamos, lavamos y troceamos las patatas cascándolas (que hagan «clac»). Reservamos.

Removemos y cuando este dorada añadimos la sepia mezclamos bien y vertemos el vino blanco,



default watermark

Incorporamos el pimentón dulce (y el picante si os gusta). seguimos removiendo que se mezclen bien



default watermark

Rectificamos de sal (porque la sepia a veces resulta salada) y cerramos la olla, dejaremos cocer desde que empiece a hervir unos 15 minutos. Pasado el tiempo, retiramos del fuego, **cuando se pueda abrimos la olla** y pasamos todo a una olla convencional.

Ponemos en el fuego y echamos las patatas cascadas, removemos mezclando bien todo, si vemos que tiene poco líquido añadimos un poco de agua, no es necesario que cubra el guiso, rectificamos de sal y espolvoreamos el perejil picado. Dejamos cocer en «chup,chup», como hacían las abuelas, durante 30 minutos aproximadamente.

Nos quedará un guiso muy sabroso y completo.

Consejo: Se puede hacer todo en la olla rápida si andamos escasos de tiempo. También podemos hacer todo con antelación excepto las patatas, así vamos adelantando el trabajo. Pero a mí me gusta darle la cocida a las patatas «a la manera de las abuelas».

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 Â«SuscribirÂ», en la parte superior derecha de nuestro blog o en la inferior si lo haces desde el móvil.

Categoría

1. Pescados y mariscos

Fecha de creación

octubre 25, 2016

Autor

admin

default watermark