

Zutaten

- 1 Pulpo (ca. 1 Kg)
- 100 g gekochte weiße Bohnen
- 1 rote Zwiebel
- 2 Möhren
- 1 Stange Sellerie, fein geschnitten
- 1 Zitrone
- 1 Tomate, in Würfel geschnitten
- 1/2 Bund Petersilie

Vorspeise, Beilage

Salat von Pulpo und weißen Bohnen

Entdecken Sie unser Rezept für einen erfrischenden Salat aus Pulpo und weißen Bohnen. Jetzt nachkochen und genießen bei Kochateliers!

So wird’s gemacht:

1. Salz, Pfeffer, Oliven-Öl, Limonen-Olivenöl
2. Pulpo gut waschen und im Topf mit kaltem Wasser (oder auch Rotwein) aufkochen lassen (salzen nicht vergesse). Ungefähr 90 Minuten köcheln lassen. Nun den Pulpo aus dem Wasser nehmen, abkühlen lassen und das Gebiss sowie den Kopf entfernen.
3. Zwiebel und Möhre schälen, würfeln und glasig anschwitzen. Dann den Sellerie, die Tomate und die gekochten Bohnen hinzugeben. Mit reichlich Zitronensaft, Oliven- und Zitronenöl, sowie Salz und Pfeffer abschmecken. Mit fein geschnittener Petersilie verfeinern.