

# Frigideira de polvo com tomate e pinhões

*Chefe Hernâni Ermida*

## INGREDIENTES

1 polvo limpo  
2 cebolas  
3 dentes de alho  
150g de tomate cereja  
1,5 dl de azeite Truncado  
80g de azeitonas pretas sem caroço  
30g de pinhões  
3 colheres de sopa de vinagre  
1 raminho de salsa picada  
Sal e pimenta q .b



*Chef Hernâni Ermida*  
A vida com mais sabor



**Socalcos do Bouro Loureiro Branco 2017**



## PREPARAÇÃO

Deixe descongelar o polvo, lave-o e deixe escorrer;

Leve ao lume um tacho com água abundante e deixe ferver. Mergulhe três vezes o polvo e depois deixe-o na água para cozer durante 40 minutos;

Leve ao lume uma frigideira com os pinhões e deixe-os cozinhar até ficarem douradinhos. Retire-os para Descasque e pique as cebolas e os alhos. Deite para uma frigideira e junte o azeite. Leve ao lume e deixe cozinhar até a cebola ficar macia;

Junte o tomate cereja e misture. Adicione o polvo escorrido e cortado em pedaços;

Acrescente o vinagre, tape e deixe cozinhar em lume brando, durante 10 minutos. Junte as azeitonas

Verifique o sal e junte uma pitada de pimenta acabada de moer. Junte os pinhões e sirva polvilhado com Acompanhe com legumes salteados.

**Sugestão:** aproveite as partes mais finas do polvo, e a água de cozer, e prepare um arroz seco ou malandro para acompanhar este polvo.