



Pulpo vom Grill

Schritte: 4

Schwierigkeitsgrad: Leicht

Zutaten

4 Portionen

1	Pulpo (mittlere Größe, geputzt)	1/8 l	Weißwein
	Wasser	3	Lorbeerblätter
1	Knoblauchknolle	1 EL	Zucker
	Tomaten-Aioli:	100 g	Aioli
50 g	sonnengetrocknete Tomaten		Pfeffer & Salz
	Mojo verde:	1	grüne Paprika
150 ml	Olivenöl	50 ml	Rotweinessig
8	Knoblauchzehen	je 1 Bund	Petersilie & Koriander
	Thymian	2 Sch.	Toast ohne Rinde
	Pfeffer & Salz		Süßkartoffelchips
	Pinienkerne		

Zubereitung

Zubereitung

1. Einen Topf mit Wasser füllen, so dass der Pulpo komplett bedeckt wird. Alle Zutaten für die Brühe dazu geben und langsam aufköcheln lassen. Dann den Pulpo in die simmernde Brühe geben und für ca. 45 - 60 Minuten weich kochen. Mit einer Gabel die Konsistenz prüfen, damit der Pulpo nicht zu weich wird.
2. Inzwischen die Limetten auspressen, die Zwiebeln und die Petersilie fein hacken und zu einer Soße anrühren. Den Pulpo aus der Brühe nehmen und in Stücke schneiden. In eine Schüssel geben und mit etwas von der Soße und Olivenöl marinieren. Für ein paar Stunden im Kühlschrank stehen lassen. Anschließend auf dem heißen Grill von allen Seiten angrillen. Inzwischen die Soßen zubereiten.
3. Die sonnengetrockneten Tomaten mit der Aioli zu einer Creme mixen.
4. Die Zutaten für die Mojo-Verde in einen Mixer geben und pürieren. Dann die Tentakel abschneiden und mit etwas Olivenöl und Limette einpinseln. Kurz auf dem Grill knusprig grillen, Pinienkerne dazu geben und mit den Soßen und den Chips anrichten.

Die Zutaten für dein Lieblingsrezept findest du in deinem Selgros Markt

Alle Zutaten, die du für dieses köstliche Grillgericht benötigst, findest du in deinem Selgros Markt in deiner Nähe. Dann schau schnell in deinem Selgros Markt vorbei oder informiere dich über unsere Angebote.

UNSERE AKTUELLEN ANGEBOTE

Viele weitere Rezepte bei Selgros entdecken

Wir haben für dich eine große Auswahl an Koch-, Back- und Grill-Rezepten zusammengestellt. Du kannst in unserer Rezeptsuche ganz einfach nach Schlagwörtern wie beispielsweise Hauptkomponenten oder bestimmten Zutaten suchen. Oder du lässt dich von unseren Kategorien inspirieren.

Hier findest du unter Rezept Typ alles - von alkoholfreien Cocktails, Burger, Fleischgerichten, Beilagen, Gebäck, Pasta, Salaten bis hin zu vegetarischen Gerichten. Einfach die gewünschte Kategorie anklicken und du kannst aus einer Vielzahl toller Rezepte auswählen.

Zudem findest du hier auch alle Rezepte, die wir in unseren aktuellen Angeboten haben. Ebenso bieten wir saisonale Rezepte wie Spargel- oder Erdbeerrezepte, Grill-Rezepte, Gerichte aus der herbstlichen Küche wie Flammkuchen oder Aufläufe. Unsere Rezeptwelt wird ständig um weitere tolle Gerichte und Kochideen erweitert. Es lohnt sich regelmäßig auf unserer Rezeptseite vorbeizuschauen. Wir wünschen dir viel Spaß beim Entdecken, Stöbern und Nachkochen.

WEITERE REZEPTE ENTDECKEN