



ASSOCIAZIONE MICOLOGICA BRESADOLA



GRUPPO MICOLOGICO CARLO VITTADINI - SEGRATE

## SECONDI PIATTI DI PESCE

### Polpo allo zenzero e crescione di monte

NARRIAMO LE  
NOSTRE CENE

RICETTE FRA PRATI E BOSCHI

#### INGREDIENTI:

- 1,5 kg di piovra viva.
- 1 piccola cipolla.
- 1 costa di sedano.
- 1 piccola carota.
- 2 limoni non trattati.
- 1 bicchiere di vino bianco secco.
- 2 spicchi d'aglio.
- 4 cm di radice di zenzero fresco.
- 300 g di crescione d'acqua di montagna.
- Pepe nero macinato al momento.
- Olio extravergine d'oliva.
- Sale.

#### PREPARAZIONE

Pulite le piovre e battetele su un piano di marmo, poi lasciatele a riposare in frigo per un giorno. Spremete i limoni e tenete da parte il succo. Preparate un court-bouillon con 3 l di acqua poco salata, il vino, gli scarti dei limoni spremuti, le verdure e l'aglio. A bollore immergete le piovre, coprite, abbassate il fuoco e cuocete finché non diventano tenere (il tempo di cottura dipende dalle dimensioni dei singoli esemplari). Lasciatele raffreddare nel brodo di cottura. Emulsionate con abbondante olio il succo di limone, poco sale, abbondante pepe ed il succo ottenuto spremendo lo zenzero nello schiaccia aglio. Lavate e lasciate asciugare i rametti di crescione, stendeteli sui piatti, appoggiatevi sopra la piovra tagliata a pezzi piuttosto piccoli e intiepidita nel suo brodo, condite con la citronette allo zenzero.

EDIZIONE  
IDEA NATURA  
MILANO