



Poulpe ail & citron

Préparation : 30 minutes

Cuisson : environ 1 heure

Repos au frais : environ 1 heure

Pour 4 personnes :

- 3 tentacules de poulpe (environ 1,2 kg)

- 1 oignon

La sauce :

- une gousse d'ail dégermée, réduite en purée à l'aide d'une râpe (Microplane)

- 6 càs d'huile d'olive

- le jus d'un demi citron

- le zeste d'un demi citron

- sel, poivre

- deux càs bombées de persil hâché (frais ou surgelé)

Disposer les tentacules dans une grande marmite et les recouvrir d'eau froide.

Ajouter un oignon entier et porter à ébullition.

Laisser bouillonner jusqu'à ce que l'oignon soit mou en son centre (piquer avec la pointe d'un couteau pour vérifier) : compter environ une heure en tout, avec un départ à l'eau froide.

Egoutter les tentacules et les peler.

Découper en rondelles et transférer dans un saladier.

La sauce :

Combiner tous les ingrédients et émulsionner.

Verser sur le poulpe émincé et réserver au réfrigérateur environ une heure avant de servir.