

Guiso marinero

por cocinillas



Información

Dificultad: Media

Comensales: 4

Precio: Media

Tipo de plato: Principal

Ingrediente principal: Marisco y moluscos

Temporada: Todo el año

Técnica: Estofado / Cocido / Hervido

País: España

Ingredientes

1Kg de patatas
Media cebolla
Medio pimiento rojo
Medio puerro
2 dientes de ajo
1 vaso de vino blanco
1 cucharada pequeña de pimentón
1 tomate
200 g de pulpo
200 g de almejas de carril
200 g de mejillones
12 langostinos
1 hoja de laurel

Preparación

- Rehogar las verduras. Cuando estén pochadas (blandas), añadir las patatas cortadas en trozos no muy grandes y saltearlas con las verduras durante 5 minutos a fuego lento.
- Añadir la cucharada de pimentón, mezclándola con las patatas. Flambear con el vino blanco. Dejarlo durante 2 minutos a fuego lento.
- Cocer el pulpo. Pelar los langostinos.
- Cocer los mejillones. Verter el agua de la cocción a la cazuela donde se han pochado las verduras. Cubrir las patatas hasta taparlas. Dejar cocer durante 20 minutos a fuego lento.
- Incorporar los mejillones, el pulpo cocido en trozos, los langostinos y las almejas. Cocer 3-4 minutos. Dejar reposar el guiso durante 2 minutos.

Consejo:

- El tiempo de la cocción del pulpo depende de si es fresco o congelado.
- Si es fresco, un pulpo de 2 kilos tarda en cocerse 1 hora más o menos. Si es congelado, unos 40 minutos.

<http://www.recetasyvinos.com/receta/60125/guiso-marinero/>