

Polpo e fagioli

- 200 grammi di polpo cotto
- 200 grammi di fagioli lessati
- foglie verdi di sedano
- 1 cucchiaio di aceto di vino
- 3 cucchiaini di olio d'oliva
- un pizzico di sale

In una ciotola sciogliamo il sale nell'aceto, aggiungiamo l'olio d'oliva e il sedano tritato. Mescoliamo per bene e incorporiamo il polpo a tocchetti, i fagioli e rigiriamo il tutto.

In frigorifero si conserva per un paio di giorni, toglierlo un'ora prima di consumarlo.

Adatto come ottimo antipasto.



Come cuocere i fagioli secchi?

Il modo migliore di come cuocere i fagioli secchi è quello di metterli in ammollo in precedenza e rispettare il tempo di cottura.

Lasciamoli in ammollo con abbondante acqua per una notte intera. Togliamo i fagioli che vengono a galla. Mettiamoli in una pentola con molta acqua, portiamoli ad ebollizione e cuociamoli per un'ora in base alla qualità del fagiolo.

