



PULPO AL VAPOR con patatas

Preparación:

- Deje que el pulpo se descongele. Córtelo los tentáculos y tire la cabeza.
- Pele las patatas y córtelas en trozos grandes. Pele y corte la cebolla y échela en la olla del AutoCook junto con 500 ml de agua y la hoja de laurel.
- Coloque la pieza inferior del accesorio de cocción al vapor en la olla del AutoCook, eche sal fina a las patatas y póngalas encima. Coloque la pieza superior del accesorio de cocción al vapor, eche sal fina al pulpo y póngalo encima.
- Seleccione el programa **Al vapor** y la opción **Medio y cierre** el AutoCook. Si selecciona la opción de cocción exprés en el AutoCook Pro: Bloquee la tapa con el botón giratorio y ajuste 12 minutos en el temporizador. Pulse el botón de **Inicio**.
- Abra la tapa en cuanto suene la señal. Saque el pulpo y las patatas del AutoCook. Corte el pulpo y aliñe el conjunto con aceite oliva, sal gorda y pimentón ahumado.

Ingredientes:



RACIONES: 4

Programa: Al vapor medio

Calorías por ración: 550 kcal

Tiempo de cocción (sin precalentamiento):

AutoCook - 30 min.

AutoCook Pro - 14 min.

