

Poulpe grillé, huile pimentée



TEMPS DE PRÉPARATION

15 min

TEMPS DE CUISSON

1 h

REPOS

2 h

TEMPS TOTAL

3 h 15 min



TYPE DE PLAT

Enrée

CUISINE

Française



INGRÉDIENTS

- Environ 800gr de poulpe
- 20 cl d'huile d'olive
- Le jus d'un gros citron
- 6 gousses d'ail
- 1 piment rouge haché
- 1 c.à.c. de sel
- 1 c.à.c. de poivre noir
- 2 c.à.s. de coriandre hachée ou de persil plat
- 1 c.à.s. de thym frais haché
- 1 c.à.s. de romarin frais
- quelques citrons grillés pour leur jus au moment de servir

INSTRUCTIONS

1. Si vous avez eu du poulpe déjà cuit, passez cette étape.
2. Si vous avez eu du poulpe frais, il faut le cuire. Pour cela, faites bouillir une grande casserole d'eau salée. Plongez 3 fois 30 secondes le poulpe dans l'eau bouillante et ressortez-le à chaque fois. Baissez ensuite le feu et plongez le poulpe pendant environ 40 minutes dans l'eau frémissante mais non bouillante.
3. Préparez la marinade. Dans un grand plat, versez l'huile d'olive et les reste des ingrédients et mélangez. Marinez le poulpe pendant 2 heures au frais.
4. Allumez votre BBQ pour une cuisson directe, trappe ouverte, thermostat au maximum. Lorsque le BBQ est chaud, retirez le poulpe de la marinade, et égouttez-le. Si il y a trop d'huile sur la viande, vous risquez d'avoir trop de flammes au moment de la cuisson. Posez le poulpe directement au-dessus des flammes, comme si vous grilliez un steak. Retournez-le régulièrement pour ne pas qu'il brûle. La cuisson dure environ 5 minutes en tout.
5. Au moment de servir, étalez un peu de marinade sur le poulpe, et pressez les citrons grillés par-dessus.



MOTS CLÉS

piment, poulpe

