



MARINIERTER OKTOPUS MIT ROHEM ROTE BETE-CARPACCIO

Categoria: Hauptgänge **Tempo di preparazione:** 2 Stunden **Difficoltà:** molto facile



Ingredienti per 4

- Saft von 1 Zitrone
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Bund Petersilie
- 1 scharfe Chilischote
- 600 g Oktopus (frisch oder tiefgefroren)
- 2 Rote Bete
- Natives Olivenöl extra, je nach Bedarf
- Salz, nach Geschmack
- Pfeffer, nach Belieben
- 1 grüne Banane
- ein paar Zweige Petersilie (zum Garnieren)

Dieses geschmackvolle Gericht wird Sie begeistern, zusammen mit einem frischen Salat eignet es sich perfekt als vollwertige Mahlzeit ... ideal zu jeder Jahreszeit.

Schwierigkeitsgrad: **mittel**

Kosten: **mittel**

Zubereitungszeit: **2 Stunden**

Portionen: **4**

Zubereitung

Für die Marinade den Zitronensaft, die Knoblauchzehe, den Bund Petersilie und die Chilischote feinhacken, in eine Schüssel geben und mit einer Prise Salz und Pfeffer vermengen.

Den frischen oder zuvor aufgetauten Oktopus kochen (wenn er aufgetaut ist, 25 Minuten in reichlich kochendem Wasser ziehen lassen).

Nach dem Kochen den Oktopus etwa anderthalb Stunden im Wasser abkühlen lassen.

Dann den Oktopus in Stücke schneiden und in einer Pfanne mit nativem Olivenöl extra etwa 5 Minuten lang anbraten.

Die beiden Roten Beten in dünne Scheiben schneiden, mit nativem Olivenöl extra und einer Prise Salz anmachen und auf dem Servierteller anrichten.

Den gekochten Oktopus darauflegen und mit grünen Bananenchips, die zuvor in Streifen geschnitten und im Ofen knusprig gebacken wurden, und einigen Zweigen Petersilie garnieren. Guten Appetit!

