

Ugotuj.to > Przepisy kulinarne > Inspiracje

# Ośmiornice i papryczki - pozdrowienia z Galicji

Małgorzata Minta | 02.11.2011 13:04



Ośmiornica po galicyjsku z ziemniakami (Fot. ucky - Fotolia)



**Z jednej strony ocean pełen ryb i owoców morza, z drugiej - wzgórz pokryte winnicami i pastwiskami. Będąc w Galicji koniecznie trzeba spróbować ośmiornicy z ziemniakami, smażonych papryczek z Padrón, lokalnej szynki oraz serów.**

Słyszac nazwę "Galicja" zwykle przychodzą nam na myśl południowo-wschodnie rejony Polski. Tym razem będzie jednak o innej Galicji - tej, leżącej w północno-zachodniej Hiszpanii. Według starożytnych Greków tu znajdował się koniec świata, o czym do dzisiaj przypomina nazwa przylądka Finisterre - "Koniec świata". Podobnie jak kuchnie regionalne pozostałych części Hiszpanii, i kuchnie galicyjską charakteryzuje prostota oraz wykorzystanie regionalnych składników - tego, co da się złowić lub wyhodować na miejscu. Bliskość morza sprawia, że w tutejszym menu nie brakuje ryb, m.in. sardynek, dorsza atlantyckiego, tuńczyków oraz morskuszka.

Prócz ryb, jada się też owoce morza: mule, małże św. Jakuba, krewetki oraz kalamarnice i ośmiornice. Z tej ostatniej przyrządza się jedno z najbardziej znanych galicyjskich dań: ośmiornicę po galicyjsku (hiszp. "pulpo a la gallega; po galicyjsku: "pulpo á feira"). Kawałki ugotowanej ośmiornicy, doprawionej solą i papryką, podaje się z ziemniakami, które stanowią jeden z ważniejszych składników kuchni Galicji (tutejsze kartofle posiadają znak Chronionego Oznaczenia Geograficznego).

Tym samym znakiem wyróżniona jest tutejsza szynka - lacon gallego. Doniesienia o jej produkcji można znaleźć już w XVII wiecznych dokumentach. Nim trafią do sprzedaży, szynki lacon są poddawane suszeniu i dojrzewaniu przez okres m.in. 30 dni. Inna, popularną wędliną w Galicji jest chorizo, czyli kielbaski doprawione papryką i czosnkiem. Chorizo można jadać jako przekąskę lub wykorzystać ją do przygotowania bardziej sycących dań. Będąc w Galicji, warto skosztować lokalnych serów, np. sera Tetillo lub San Simon da Costa. Oba produkowane są z mleka krowiego i mają kształt stożków. Kawałki serów, podane z marmoladą z pigwy często są serwowane jako tapas - drobne przystawki do wina. Wizyta w tapas barze to obowiązkowy punkt podróży do Hiszpanii, także do Galicji. Kolacja

## Ostatnio dodane

- ▶ Domowe nachosy i tortille kukurydziane
- ▶ Sos z leśnych grzybów w chrupiącym pieczywie
- ▶ Roladki wieprzowe duszone w piwie
- ▶ Omlet z grzybami mun

[Dodaj swój przepis](#)

## Jakub Kuroń gotuje

Jogurtowy placek z gruszkami i kardamonem

Gazeta.tv

## Polecane artykuły

- Szybko i łatwo - zrób makaron! 08-10-2014 13:57
  - Kotlet nie musi być z mięsa 08-10-2014 13:48
  - Zeszyty z przepisami Jamiego Olivera co... 08-10-2014 12:03
  - Menu dnia we wschodnim stylu 08-10-2014 07:11
  - Menu na jesienne popołudnie 07-10-2014 07:44
  - Skrzydółko, nóżka, a może pierś? Smakołyki z... 06-10-2014 10:54
  - Fasolka po bretońsku - prosty sposób na... 06-10-2014 10:32
- [więcej](#)

okazje.info | Bestsellery

Wpisz co chcesz kupić... Szukaj

**Wypiekacz do chleba Zelmer**  
od **210 zł**

**Toster Kenwood**  
od **179 zł**

**Judge SABATIER IK61**  
od **239 zł**

składająca się z wielu drobnych przekąsek da nam sposobność do poznania różnych dań tamtejszej kuchni. Najlepiej wybierać tapas bar nieco na uboczu, odwiedzany przez mieszkańców, a nie turystów. A potem wybrać z wypisanych na tablicy najciekawsze propozycje i niespiesznie pojechać je z lampką wina.

A oto kilka dań charakterystycznych dla kuchni Galicji.

#### Ośmiornica po galicyjsku

1 kg ośmiornicy (ok. trzech ramion), świeżej lub mrożonej  
3 litry wody  
2 listki laurowe  
3 ziaren pieprzu  
75 ml oliwy  
1 łyżeczka mielonej słodkiej papryki  
sól,  
pieprz  
świeża pietruszka  
dodatkowo: 6 ugotowanych ziemniaków, pokrojonych w plasterki lub pszenne [pieczywo](#).

Ośmiornicę oczyść, pozostawiając same mięso; odetnij końcówki macek (2-3 cm). Umyj ośmiornicę pod bieżącą wodą. Zmiękczyć mięso za pomocą tłuczka do mięsa lub przez zamrożenie - włóż kawałki mięsa do foliowego woreczka na mrożonki i schowaj do zamrażarki na 48 godzin. Niska temperatura sprawi że twarde włókna obecne w mięsie ulegną zniszczeniu. Przed dalszym gotowaniem ośmiornicę należy rozmrozić. W dużym garnku zagotuj 3 litry wody. Gdy woda będzie wrzeć, włóż do garnka ośmiornicę i gotuj przez 10-15 sekund. Wyjmij i gdy woda znów zacznie wrzeć, ponownie umieść ośmiornicę w wodzie na 15 sekund. Powtórz jeszcze trzy razy. Zanurz ośmiornicę we wrzątku jeszcze raz, dodaj liść laurowy i ziarna pieprzu i zmniejsz ogień. Gotuj ośmiornicę ok. 40 minut, aż będzie miękka. Odsącz i przełóż na talerz. Ostрым nożem pokrój ośmiornicę na plasterki grubości 5 mm lub kawałki "na jeden kęs". Polej sosem z oliwy zmieszanej z papryką, dopraw solą i pieprzem.

Kawałki ośmiornicy możesz podawać na plasterkach ciepłych ugotowanych ziemniaków lub z pszennym pieczywem.

#### Empanada

*Empanada to placek z kruchego ciasta, wypełniony pikantnym farszem z mięsa i warzyw. Do przygotowania nadzienia można użyć wołowiny, wieprzowiny, mięsa z kurczaka lub tuńczyka. To danie to dobry sposób na wykorzystanie resztek kurczaka lub pieczeni.*

Ciasto: 350 g mąki  
1,5 łyżeczki soli  
1,5 łyżeczki proszku do pieczenia  
100 ml wody  
5 ml oliwy  
1 jajko, rozbełtane - do posmarowania ciasta  
Farsz: 500 g pieczonego lub ugotowanego mięsa z kurczaka (możesz wykorzystać resztki z poprzedniego obiadu)  
2 cebule perłowe, obrane, drobno posiekane  
1 czerwona [papryka](#)  
1 zielona papryka  
2 średnie, mięsiste pomidory  
3 ząbki czosnku  
2 łyżki oliwy  
1 łyżeczka słodkiej mielonej papryki  
1/2 łyżeczki listów świeżego tymianku  
sól, pieprz

Przygotuj [ciasto](#): przesiej do miski mąkę z solą i proszkiem do pieczenia. Dodaj wodę i oliwę i zagnieć jednolite ciasto i uformuj je w kulę. Przykryj miskę z ciastem folią i odstaw ciasto na 1 godzinę, by odpoczęło.

Przygotuj nadzienie: kawałki kurczaka pokrój na kawałki wielkości 1-2 cm. Cebulę obierz i pokrój w drobną kostkę. Papryki umyj, osusz, przekrój na pół i usuń gniazda nasienne pokrój w paseczki. Pomidory sparz wrzątkiem, obierz ze skórki i pokrój w kostkę. Czosnek obierz i drobno posiekaj.

Na dużej patelni rozgrzej oliwę. Dodaj posiekana cebulę i czosnek i smaż na średnim ogniu, aż się zeszkłą. Dodaj paprykę i duś ok. 10 minut na średnim ogniu. Zdejmij pokrywkę z patelni, dodaj pomidory i smaż na małym ogniu 7-10 minut, aż płyn z patelni odparuje. Dodaj mięso z kurczaka, dopraw solą, pieprzem, papryką i tymiankiem i smaż na małym ogniu jeszcze ok. 5 minut. Przełóż nadzienie do miski do ostudzenia. Nagrzej piekarnik do 210 stopni Celsjusza. Wysmaruj oliwą prostokątną foremkę lub żaroodporne naczynie.

Ciasto podziel na dwie porcje. Rozwałkuj każdą porcję ciasta na placek o grubości ok. 4 mm i wielkości formy. Wyłóż jednym arkuszem ciasta dno naczynia do zapiekania. Na wierzchu ułóż nadzienie, pozostawiając 1 cm wolnego miejsca wokół brzegów ciasta. Posmaruj brzeg ciasta roztrzepanym jajkiem i nakryj drugim arkuszem ciasta. Dokładnie zlep brzegi, robiąc falbankę z ciasta. Posmaruj wierzch ciasta pozostałym jajkiem, zrób kilka nacięć na wierzchu. Wstaw do nagrzanego piekarnika i piecz ok. 25 minut, aż wierzch placka będzie złotobrązowy. Placek podawaj na ciepło, pokrojony w kwadraty.



Zestawy garnków z  
indukcją Tefal Classy Chef  
od **399 zł**

#### Zobacz też:

[Kuchnie gazowe w okazje.info](#)  
[Zmywarki - ceny ju? od 800 z?](#)

## Smażone papryczki z Padrón

500 g małych, zielonych papryczek z Padrón

400 ml oliwy

gruboziarnista sól morską

Papryczki umyj i dokładnie osusz. Przelej oliwę do głębokiej patelni i podgrzewaj na średnim ogniu. Gdy oliwa będzie gorąca, wrzuć do niej część papryczek (nie wszystkie naraz; powinno ich być tyle, by tworzyły pojedynczą warstwę w naczyniu) i smaż ok. 3 minut z obu stron. Usmażone papryczki przełóż na papierowy ręcznik, by pozbyć się nadmiaru tłuszczu. Podawaj ciepłe posypane solą morską.

### Zobacz także



Moc tapas

### W chorizo papryka gore



Tortilla de patatas



Turrón ze świątecznej skrzyni...



Lubię to!



Podziel się

5

Fajne to

0

Wkurza to



Wyślij e-mailem

Dodaj komentarz

Brak komentarzy | [Dodaj swój komentarz >>](#)

### ŚNIADANIA

Jajecznica z dodatkami  
Bułeczki drożdżowe  
Chleb razowy  
Kanapki  
Pasty kanapkowe  
Hummus  
Racuchy drożdżowe  
Owsianka  
Śledzie korzenne  
Tosty francuskie

### OBIADY

Płacki ziemniaczane  
Kluski śląskie  
Krokiety  
Kulebiak  
Paszteciki  
Pieczarki faszerowane  
Ryba po grecku  
Schab ze śliwką  
Szyńka pieczona

### ZUPY

Barszcz biały  
Barszcz ukraiński  
Kapuśniak  
Krem z brokułów  
Rosół drobiowy  
Zupa gulaszowa  
Zupa kalafiorowa  
Zupa ogórkowa  
Zupa pomidorowa  
Zupy krem

### SALATKI

Salatka grecka  
Salatka gyros  
Salatka ze szpinakiem  
Salatka z kurczakiem  
Salatka pieczarkowa  
Śledź pod pierzynką  
Salatka rybna  
Salatka z łososiem  
Salatka z tuńczykiem  
Salatka śledziowa

### CIASTA

Ciasto czekoladowe  
Piernik dojrzewający  
Pleśniak (skubaniec)  
Tarta z owocami  
Tort bezowy  
Sernik czekoladowy  
Sernik wiedeński  
Strucla  
Szarlotka  
Encyklopedia kulinarna

### REDAKCJA UGOTUJ.TO

ul. Czerna 8/10  
00-732 Warszawa  
ugotuj.to@gazeta.pl

### GRILL

Kiełbasa z grilla  
Kurczak z grilla  
Ryby z grilla  
Szaszłyki  
Grillowana cukinia  
Mięso z grilla  
Drinki  
Oscypek z grilla

### CIASTA I DESERY

Ciasto z rabarbarem  
Ciasto z truskawkami  
Koktajle owocowe  
Desery lodowe, lody  
Ciasto drożdżowe  
Sernik  
Sernik na zimno  
Babka cytrynowa

### PROSTE GOTOWANIE

Jajecznica  
Makaron z sosem  
Kurczak z ryżem  
Zupa krem  
Tosty  
Naleśniki  
Zapiekanka makaronowa

### WARZYWA SEZONOWE

Fasolka szparagowa  
Kalafior zapiekany  
Salatki z bobem  
Cukinia faszerowana  
Dania z kurkami  
Młode ziemniaki  
Młoda kapusta

### OWOCY SEZONOWE

Makaron z truskawkami  
Deser z truskawkami  
Dżem z rabarbarem  
Desery z malinami  
Jagodki  
Pierogi z owocami  
Sernik z truskawkami  
Desery z czereśniami

### PRZETWORY

Dżem truskawkowy  
Nalwka wiśniowa  
Nalewka truskawkowa  
Ogórki kiszzone i małosolne  
Przetwory z czereśni  
Przetwory z rabarbaru  
Kompoty

### GULASZE

Placek po węgiersku  
Gulasz wołowy  
Leczo  
Stroganow  
Chili con carne

### RYŻ

Risotto z groszkiem  
Risotto z grzybami  
Risotto z bekonem  
Salatki ryżowe  
Deser ryżowy

### ZAPIEKANKI

Zapiekanka ryżowa  
Zapiekanka ziemniaczana  
Zapiekanka warzywna  
Zapiekanka łososiowa

### MAKARON

Spaghetti bolognese  
Spaghetti carbonara  
Penne z kurczakiem  
Cannelloni ze szpinakiem  
Lasagne z mięsem

### ZE ŚWIATA

Pizza domowa  
Połudwica Wellington  
Pierogi pielmieni  
Quiche lorraine  
Kofta

### DESERY

Brownie czekoladowe  
Muffiny bananowe  
Crumble owocowe  
Sernik z brzoszwiniami  
Łatwe tiramisu

Na skróty: [Gazeta.pl](#) | [Wiadomości](#) | [Sport.pl](#) | [Biznes](#) | [Gazeta Wyborcza](#) | [Praca](#) | [Program TV](#)

Polecamy: [Kobieta](#) | [Dzieci](#) | [Wysokie Obcasy](#) | [Moda](#) | [Zakupy](#) | [Przepisy](#) | [Ubrania](#) | [Diety](#)



Newsletter



Facebook



RSS



Poczta

