

## Insalata di Polpo (Fischsalat)

Rezept von Francesco Pugliese, Alter Hafenkasten, Neu Isenburg

### Zutaten für 4 Personen:

1,2 kg Polpo (Tintenfisch)  
1 Stangensellerie  
1 Karotte  
1 Zwiebel  
Salz  
Weißwein-Essig  
Mayonnaise  
1 Glas à 500 ml Essiggurken  
3-4 Stangen Sellerie  
1 Prise Salz  
Wordchester  
Tabasco

### Zubereitung:

Den Polpo (Tintenfisch) zusammen mit einer Stange vom Sellerie, mit Karotten, Zwiebeln und etwas Salz und Weißweinessig in einen Topf (mit circa 5 Liter Wasser) 2 Stunden kochen lassen. Wenn die Zutaten weich gekocht sind, alles abkühlen lassen und unter dem Wasserhahn die Saugnäpfe entfernen.

Den Polpo in längliche Stücke schneiden mit frischer Mayonnaise vermischen. 3-4 Essiggurken und 3-4 Stangen länglich geschnittene Sellerie beifügen. Zum Schluss wird das Ganze mit Salz, Wordchester Tabasco abgeschmeckt. Sollte die Marinade des "Insalata" noch zu dickflüssig sein, kann man sie noch mit ein wenig Wasser und Gurken verdünnen.