KIKKOMAN

Salada de polvo e couve-rábano com maçã ácida

Tempo total **75 Mins.** **15 Mins.** Tempo de preparação **60 Mins.** Tempo de confeção **30 Mins.** Tempo de arrefecimento

INGREDIENTES

10 Porções

Para a salada:

2 kg	de polvo, limpo, cru
60 ml	Kikkoman Molho de Soja Fermentado Naturalmente
30 ml	Kikkoman Molho de Soja Ponzu Limão
60 g	de vinagre de arroz
20 ml	Kikkoman Toasted Sesame Oil
70 g	de mel
10 g	de dentes de alho, bem picados
15 g	de malagueta vermelha suave, cortada em fatias finas
500 g	de maçãs ácidas, cortadas em juliana
500 g	de couve-rábano, cortado em fatias finas
20 g	de coentros frescos, picados
50 g	de cebolinhas, cortadas em fatias finas

Para decorar:

30 g	de sementes de sésamo torradas
20 g	de folhas de coentros

PREPARAÇÃO

Passo 1

Leve água com sal a ferver numa panela grande. Adicione o polvo e cozinhe durante cerca de 50-60 minutos até ficar macio. Escorra e deixe arrefecer.

Passo 2

Numa tigela pequena, misture o molho de soja Kikkoman, o limão Ponzu Kikkoman, o vinagre de arroz, o óleo de sésamo Kikkoman, o mel, o alho e a malagueta.

Passo 3

Corte o polvo arrefecido em pedaços pequenos e coloque-os numa tigela grande. Adicione a maçã azeda, a couve-rábano, os coentros e a cebolinha. Deite o molho preparado e misture bem.

Passo 4

Sirva a salada em pratos e decore com as sementes de sésamo tostadas e as folhas de coentros.