

# Ensalada templada de pulpo



**Dificultad:** □□□□□

Tiempo de preparación: 20min , Tiempo de cocción: 10min

Tiempo total: 30min , Número de porciones: 4

**0** Calorías , **0 g** Azúcares , **0 g** Grasas , **0 g** Proteínas

**Autor:** Víctor Vila

**Url:** <https://srecetas.es/ensalada-templada-de-pulpo>

## Preparación

- Picar el pimiento rojo y verde y hacer un sofreír en una sartén con un poquito de aceite. - En una fuente colocar la macedonia de verduras y añadir el pulpo. Meter al microondas un par de minutos, para que se temple. - Sacar del microondas y añadir el sofrito. - Hacer una vinagreta con el vinagre, un poco de sal y el aceite y aliñar la ensalada.

## Ingredientes

- 1 paquete de Pulpo cocido
- 1 bote de macedonia de Verduras
- 1/2 pimiento rojo
- 1/2 pimiento verde
- 3 cucharada/s Aceite de oliva
- 3 cucharada/s Vinagre de jerez
- 1/2 cucharadita/s Sal

## Categorías

Un día normal, Reducida en calorías, Todo el año, Pescados y frutos de mar, Exótica, Comida para todos los días, Ingrediente extra, Familia

