Insalata di polpo, feta, timo e pomodorini gialli

Dopo l'allenamento fai il pieno di energie con un'insalata fredda di ispirazione greca con polpo e feta!

Dopo una bella sessione di allenamento estivo, cosa prepari? Fai il pieno di energie con un'**insalata mista condita con polpo al vapore, feta, pomodorini gialli e timo**! Ingredienti semplici e colorati per un piatto tutto da gustare.

Difficoltà: bassa
Costo: medio
Tempo di preparazione: 10 min. + 1 ora di cottura

Ingredienti
(per 4 persone)

1 polpo da 1,5 kg
15 pomodorini gialli
150 g di feta greca Despar
200 g di insalata mista
Timo fresco q.b.
Olio extra vergine di oliva Scelta Verde Bio,Logico q.b.
Un pizzico di sale e di pepe nero

Procedimento:
1. Metti a cuocere il polpo in una vaporiera per almeno 60 minuti (la cottura al vapore renderà le sue carni morbidissime).
2. A cottura ultimata, taglia i tentacoli del polpo a pezzetti e mettilo nell'insalatiera assieme ai pomodorini tagliati a metà, l'insalata lavata e la feta sbriciolata.
3. Condisci il tutto con olio, poco sale, pepe e timo fresco.