



El ajo negro, este alimento es de origen japonés y la característica más llamativa es su color negro y su piel mucho más seca que la del ajo blanco, pero cuando lo abrimos nos encontramos con un producto de textura muy blanda y de un color negro todavía más intenso.

Propiedades del ajo negro

Este producto comparte muchas propiedades con el ajo blanco pero además intensifica muchas otras muy beneficiosas para el organismo como:

- Antioxidante
- Previene la aparición de enfermedades cardiovasculares
- Mejora las defensas

Vamos a darte una receta con la que quedas en casa genial ante tus invitados con un producto de la zona y de una calidad excepcional.

Espaguetis con Pulpo y Ajo Negro

Ingredientes: (Para 4 personas)

- 360 g de espaguetis
- 300 g de pulpo en aceite (en su defecto, cocido)
- 4 dientes de ajo negro
- Sal

Preparación:

- 1 Cortamos los ajos en láminas.
- 2 En una sartén, rehogamos durante un par de minutos los ajos con el pulpo y cuatro cucharadas del aceite que tenía el pulpo, si es cocido incorporaremos aceite de oliva virgen extra.
- 3 Cocemos la pasta en agua con sal hir-

viendo tres minutos menos de lo que diga el fabricante. La escurrimos y reservamos 100 ml (medio vaso) del agua de cocción.

4 Devolvemos la pasta a la cazuela y la mezclamos inmediatamente con el pulpo, el ajo y su aceite.

5 Ponemos a fuego suave otra vez y vamos añadiendo el agua de la cocción poco a poco sin parar de remover, hasta que la pasta se termine de hacer, esos tres minutos que nos quedaban, tenemos que conseguir que se lique un poco la salsa y los espaguetis tengan un aspecto brillante, como untados.

6 Salamos si lo consideramos oportuno y servimos inmediatamente.

7 Y ya tenemos un plato muy "exótico" para sorprender en casa, seguro que repetís porque más sencillo y rápido no puede ser.



Si realizas la receta estaremos encantados de que lo compartas con nosotros en nuestras redes **#recetaslatiendalochopos**



Los ingredientes Manchegos necesarios para esta receta los puedes encontrar en:

www.restauranteloschopos.com/tienda