

# Geschmorter Pulpo nach Alain Ducasse

---

## Zutaten für 2 Personen:

Ein Pulpo (ca. 1 kg)  
1 unbehandelte Zitrone  
1 Lorbeerblatt  
10 Pfefferkörner  
Schmorsaft:  
4 Tomaten oder 1 Dose Pomodorini (beste Qualität)  
2 Schalotten  
2-3 Knoblauchzehen  
1 frische, rote Chili (oder in Maßen Habanoeros)  
Olivenöl  
70 ml Cognac  
1 Lorbeerblatt  
250 ml trockener Weißwein  
100 ml Gemüsefond  
Salz, Pfeffer, Petersilie

Den Pulpo knapp vor und hinter den Augen durchschneiden. Es entstehen ca. 1-2 cm Abfall. Zum Körper hin wird das schwarze Kauwerkzeug sichtbar, dieses ist ebenso zu entfernen. Dadurch entsteht eine Öffnung, in die man einen Zeigefinger steckt.

In einem großen Topf oder einer hochwandigen Pfanne Wasser (der Pulpo sollte mindestens zu 2/3 bedeckt sein) mit 2-3 Zitronenscheiben, dem Lorbeerblatt und dem Pfeffer zum Kochen bringen. Den Pulpo darin in 40-50 Minuten (bei ca. 1 kg Gewicht) gar köcheln. Anschließend den Pulpo im Sud abkühlen lassen.

Für den Schmorsaft die Tomaten überbrühen, dann häuten, entkernen und in kleine Stücke hacken. Ich nahm Cherry Tomaten (Pomodorini) aus der Dose.

Die Schalotten und den Knoblauch schälen und fein hacken. Die Chili entkernen und ebenfalls fein hacken. Etwas Olivenöl in die Pfanne geben, Schalotten und Knoblauch beigeben und bei niedriger Hitze in 15 Minuten glasig dünsten. Dann mit dem Cognac ablöschen und die Hitze erhöhen.

Die Tomatenstücke, das Lorbeerblatt und die gehackte Chili (ich nahm meine geliebten in Honig eingelegte Habanoeros) hinzufügen und alles gut vermischen. Den Weißwein angießen und reduzieren lassen. Den Gemüsefond hinzufügen und alles zugedeckt bei kleiner bis mittlerer Hitze 20 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

In der Zwischenzeit den Pulpo aus dem Sud nehmen, die einzelnen Arme in größere Stücke schneiden. In den Schmorsaft legen und weitere 15 Minuten bei kleiner Hitze schmoren lassen.

Die Pulpostücke aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Den Schmorsaft bei großer Hitze reduzieren lassen, so dass der Saft sämig wird. Dann die Pulpostücke wieder zugeben und auf tiefen Tellern mit gehackter Petersilie und frischem Baguette servieren.

Das Originalrezept (ohne Gewähr) kann man hier nachlesen.