

Receta de 'Folpetti alla Veneziana'

Hoy te traemos una [receta](#) al mejor **estilo veneciano** que no puedes dejar de probar: los [folpetti](#), también conocidos como [pulpo almizclado](#). Este exquisito plato de marisco es una verdadera joya culinaria en la tradición veneciana. Si alguna vez has visitado una [taverna veneciana](#), seguramente los habrás visto en el mostrador junto a otras delicias tentadoras del tamaño de un bocado.

Los **folpetti** se preparan de múltiples formas en **Venecia**: hervidos, rebozados y fritos, a la parrilla o en sartén. Son el acompañamiento perfecto para disfrutar con una copa de vino, conocida como *sombra*, como aperitivo entre comidas. A pesar de ser considerados un tesoro modesto, el **pulpo almizclado** es abundante en el **Adriático** y se puede encontrar a precios asequibles en los mercados de pescado venecianos.



Aunque la preparación y cocción del pulpo pueda parecer un

proceso laborioso, una vez que lo domines, se volverá muy sencillo. Sin embargo, si prefieres ahorrarte el trabajo de limpiarlo, siempre puedes solicitar ayuda a tu pescadería de confianza.

En esta **receta**, te mostraremos cómo preparar los **folpetti** de la manera más clásica: hervidos. Pero le daremos un toque especial al pasarlos por una sartén caliente, logrando así una textura crujiente en los bordes. De esta forma, obtendrás un aperitivo sin complicaciones y lleno de sabor. Si lo deseas, también puedes transformarlo en un plato principal añadiendo unas papas hervidas y una generosa cantidad de salsa verde.

Para los ‘Folpetti alla Veneziana’, necesitas:



- 750 g de pulpo baby (Octopus aegina)
- 1 cucharadita de granos de pimienta negra
- 2 hojas de laurel

- 1 diente de ajo, picado
- 3 cucharadas de aceite de oliva virgen extra
- Jugo de 1 limón
- 2 cucharadas de perejil de hoja plana, finamente picado
- Sal marina fina
- Pimienta negra recién molida

¡Ahora que tienes todos los ingredientes, estás listo para comenzar a cocinar los folpetti venecianos!



1. Para limpiar el pulpo, comienza retirando los ojos y los picos. Luego, lávalos minuciosamente con agua corriente fría y sécalos suavemente con palmaditas antes de utilizarlos. Puedes adquirir pulpo previamente ablandado, o también congelarlos y luego descongelarlos

(verifica que no hayan sido previamente congelados) para lograr una textura más tierna.

2. A continuación, pon agua a hervir en una olla con los granos de pimienta, las hojas de laurel y el ajo. Añade el pulpo sumergiendo cada uno por el saco durante un segundo y dejando que los tentáculos se enrosquen antes de sumergirlo por completo en el agua (lo que se llama tradicionalmente 'asustar al pulpo'). Cubre y cocina durante 10-12 minutos, o hasta que el pulpo esté tierno (el tiempo de cocción exacto dependerá del tamaño de los pulpos). Luego, escúrrelos, desecha los aromáticos y reservalos.
3. En una sartén grande, calienta una cucharada de aceite de oliva. Cuando esté caliente, agrega el pulpo y saltéalo durante 2-3 minutos, lo suficiente como para que su piel se dore ligeramente y los extremos se enrosquen y se vuelvan crujientes. Condimenta con sal, pimienta y jugo de limón, y espolvorea con perejil antes de servir.

Siguiendo estos pasos, podrás cocinar el pulpo en casa como un 'auténtico experto pulpeiro'



1. El origen del pulpo que consumes es importante. En general, el 85% del pulpo que se consume en nuestro país proviene de **Marruecos** y **Mauritania**, mientras que el 15% restante es de origen gallego. Aunque se suele pensar que el pulpo gallego es superior debido a las condiciones de lucha contra las corrientes marinas y su alimentación, la realidad es que el pulpo del **norte de África** también es excelente, con una carne firme y llena de sabor.
2. La tradición de golpear el pulpo contra las piedras para ablandarlo ha evolucionado. En la actualidad, se utiliza el proceso de congelación para obtener la textura deseada. Al congelar y descongelar lentamente el pulpo en el refrigerador, conseguimos que quede en su punto perfecto para la siguiente etapa, la cocción.
3. La olla para cocer el pulpo es importante. Aunque en el pasado se utilizaban ollas de cobre, hoy en día se prefieren las grandes marmitas de acero inoxidable. Es crucial introducir el pulpo en la olla cuando el agua esté hirviendo. La cantidad de agua no debe ser

excesiva, solo lo suficiente para cubrir el pulpo. En cuanto a los tiempos de cocción, a medida que se cocina más cantidad de pulpo, se necesita menos tiempo para obtener una textura perfecta, sumando el tiempo de cocción y el tiempo de reposo en el agua.

4. Para cocer grandes cantidades de pulpo, como 18 a 20 kg, se recomienda hervirlo durante 10 minutos y luego dejarlo reposar en el agua durante 30 minutos.
5. Para una cantidad de 3 kg, se sugiere cocerlo durante 15 minutos a fuego alto y luego reducir el fuego al mínimo, dejándolo reposar durante otros 20 minutos sin llegar a hervir.

El comercio mundial creciente del pulpo eleva la presión sobre la pesquería

La demanda de pulpo en el mercado mundial ha aumentado en los últimos años, más allá de los consumidores tradicionales como España. Pero organizaciones internacionales y ambientalistas alertan de la necesidad de iniciativas para la gestión sostenible, que ya se pueden encontrar en caladeros como los de Asturias.

Efeagro

El Día Mundial del [Pulpo](#), que se celebra cada 8 de octubre en el ámbito **marino**, pone de manifiesto su importancia socio-económica, su singularidad y valor biológico; también es una

jornada para concienciar sobre la explotación responsable de otros **cefalópodos** (calamar o sepia).

Las flotas de Marruecos y de China son las más representativas en las capturas de pulpo, según datos de la unidad Globefish de la organización de las Naciones Unidas para la **Agricultura y la Alimentación** (FAO).

Aceptación del pulpo entre los consumidores modernos

“El pulpo se utiliza como ingrediente de una variedad de platos que han logrado gran aceptación entre los consumidores modernos, como el poke hawaiano (ensalada de pescado) y las tapas al estilo español”, según destaca Globefish.

En España, las capturas de pulpo ascienden a 14.183 toneladas, para venta en fresco, y generan 91,6 millones de euros, mientras que para congelado se sitúan en 10.205 toneladas y 22 millones de euros, de acuerdo con el último informe sobre [estadísticas pesqueras](#) del Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación (MAPA), que recoge datos de 2019.

El científico Rubén Roa, asesor de la FAO y de la entidad MSC, la organización Sustainable Fisheries Partnership (SFP) y la ambiental WWF coinciden en que se trata de una pesquería cuyas existencias son muy difíciles de evaluar, por su corta historia de vida.

El responsable de pesquerías de WWF, Raúl García, ha explicado a [Efeagro](#) que la abundancia local de pulpo depende mucho de condiciones ambientales y que, por ejemplo en 2020 hubo capturas mínimas en Galicia, pero este año han subido mucho.



El comercio mundial creciente del pulpo eleva la presión sobre la pesquería

La directora de enlace con los mercados de SFP, Carmen González-Vallés, ha destacado esta semana, en el marco de la feria pesquera Conxemar, en Vigo, que las pesquerías de pulpo son *“de pequeña escala”* y en ellas hay mucha dispersión y muchas *“implicaciones socioeconómicas”*.

MSC, la entidad conocida por su sello azul que acredita la pesca responsable, ha concedido su distintivo a dos pesquerías de pulpo: una la de nasas en Asturias occidental y otra en Australia.

El director general de Pesca de **Asturias**, Francisco González, ha subrayado esta semana, también en Conxemar, que el proceso para la acreditación de la pesquería de pulpo con el marchio MSC ha conseguido unir a toda la cadena de valor, a administraciones y científicos.

Además, González ha valorado la obtención de este sello para contribuir a que los pescadores obtengan mayor valor añadido.

WWF participa en grupos de cogestión pesquera con el sector en Andalucía, Asturias y Galicia para evaluar las poblaciones de pulpo cada año.

García ha explicado que en España hay bastantes problemas de incumplimiento, a la hora de declarar las capturas adecuadamente o usar dispositivos, pero se detectan mejoras en Asturias y Cataluña.

“El pulpo se ha puesto de moda, y el comercio internacional se

ha disparado, ya no somos sólo españoles y japoneses los que lo comemos”, según García, quien ha insistido en que las iniciativas de sostenibilidad crecen, porque muchas especies del cefalópodo se han convertido en pesquerías lucrativas e importantes socialmente.