

# Pica pica de sepia mallorquín

 [cocinandoconcatman.com /recetas/recetas-pescados-mariscos/pica-pica-de-sepia-mallorquin.html](http://cocinandoconcatman.com/recetas/recetas-pescados-mariscos/pica-pica-de-sepia-mallorquin.html)

1 de octubre de 2014

Por Manu CatMan 

01.10.2014 24 13



Hoy debería estar presentando un recopilatorio de todas las recetas que se han presentado al concurso CocinandoContigo y os queremos dar las gracias por vuestra participación, son muchas y en todas habláis con mucho cariño. Y no hay recopilatorio, porque se da la casualidad de que: 1) estamos de obras en la terraza y ya se sabe, obreros en casa consumen más tiempo del que no pudo 2) llegaron muchas recetas ayer y me ha sido imposible verlas todas aún 3 ) llegué de viaje justo ayer a las 20h, y no tuve fuerzas de ponerme a preparar el post, así que, si os parece lo emplazo para la semana que viene y mientras esperan, os tomáis una tapita de pica pica de sepia , **un** guiso tradicional de Mallorca que espero que os guste.

El **Pica pica** , es justo eso un plato de picoteo, muy extendido por toda la isla y que se suele hacer de **sepia** , aunque también lo hay de calamar, eso ya al gusto. La sepia si la compráis 'sucia', hay que lavarla bien pero no hay que quitarle la piel. Antes de cocinarla tiene que estar bien seca, en casa lo hacemos con papel de cocina.



# Pica - Pica de sepia mallorquín

[cocinandoconcatman.com](http://cocinandoconcatman.com)



El **pica pica de sepia** es 100% sabor a Mallorca y es uno de los integrantes del famoso '**Variat**' que consiste en poner en un mismo plato varias tapas a la vez, las que haya en el bar de turno, todas mezcladas, normalmente, **frit mallorquí** (o frito),

ensaladilla rusa , **pica pica de sepia** , albóndigas en salsa , champiñones al ajillo , tortilla de patatas y muchas de las veces **croquetas**. En conclusión, un 'variat' es la tapa de las tapas, la reina indiscutible del picoteo en Mallorca. A muchos no les gusta esa mezclanza, pero si venís a Mallorca no podéis dejar de probarlo.

---

---





## **Pica-Pica de sepia mallorquín**

Tiempo de preparacion | 2 horas

Dificultad | fácil

Para 4 personas

## Ingredientes

---

1 kg de sepia ya limpia  
4 dientes de ajo  
6 cebollas  
500 g de tomate triturado  
1 vaso de vino blanco  
Pimentón (dulce o picante según vuestro gusto)  
Pimienta negra  
2 guindillas picadas  
Aceite de Oliva virgen extra  
Sal  
2 o 3 cucharadas de azúcar  
Perejil fresco picado  
Un puñado de piñones  
Pasas (al gusto)

## ¿Cómo hacer pica pica de sepia?

---

Lo primero de todo es limpiar la sepia, si es congelada hay que acordarse de secarla muy bien. Luego se pica en dados muy pequeños. Después, la pasamos a una cazuela y dejamos cocinar hasta que suelte todo el líquido, sin AOVE ni nada. Este paso previo es fundamental para que luego la sepia quede muy tierna, y que al comerla casi, casi se funda en la boca y la tendremos así **unos 15-20 minutos a fuego suave**. Veremos que hay un cambio de color y los daditos se habrán reducido de tamaño por la pérdida de agua.

A continuación, agregamos el aceite de oliva virgen extra, que sea un chorreón generoso, y luego las cebollas bien picadas en *brunoise* y los ajos bien picados y dejamos que se poche, *all together now*. Lo ideal es hacerlo tapado para que no se escape la humedad y se vaya formando la salsa del guiso. Así, iremos removiendo de vez en cuando hasta que la cebolla tome un color trasparente, puede tardar unos **20 minutos**.

Después, añadimos el tomate triturado, el azúcar (para quitarle acidez) y dejamos cocinar **10 minutos**. Acabamos añadiendo el resto de ingredientes, mezclamos y tapamos y lo dejamos cocinar **a fuego suave más o menos 1 hora**. El punto lo determina la sepia que deberá estar muy, muy tierna.

en [Thermomix](#)

Lo primero, sofreir la sepia, **20 minutos**, en este caso sí, con un poco de aceite de oliva virgen extra programando velocidad cuchara, giro a la izquierda y **temperatura varoma**, SIN PONER EL CUBILETE (tiene que evaporarse el agua). Finalizado el tiempo, sacamos y reservamos.

Luego, trocear la cebolla y el ajo en el vaso, **velocidad 5** unos segundos y reservar. Sin lavar el vaso, ponemos a calentar el aceite (50 gr) durante 7 minutos, temperatura varoma, velocidad 1 y luego añadimos la cebolla y el ajo picados. Programamos 10 minutos, temperatura varoma, velocidad 1.

Después, añadimos el tomate y programamos 10 minutos misma velocidad y temperatura que en el paso anterior. Para acabar añadimos el resto de ingredientes, **incluida la sepia** reservada y programamos 20 minutos, **giro a la izquierda**, temperatura varoma, **velocidad cuchara**.

## GatoConsejos

---

Este **pica pica de sepia**, es un espectáculo. De las dos formas sale bueno, aunque el tradicional tiene ese 'noséqué' maravilloso, supongo que es el chup chup. En mi caso, si hay tiempo, tradicional, y si no, **pica pica de sepia thermomix** que me permite estar haciendo otra cosa. Acompañado de galletas Quely como en las fotos, está de la muerte. Espero que os animéis a probarlo y que nos contéis si os gustó, a nosotros nos encantaría compartirlo con una cañita con todos los concursantes de CocinandoContigo, pero tendrá que ser virtual, de momento. ¡Hala!, que el miércoles que viene os las traigo todas las recetas participantes y os saludo hasta el lunes, que volvemos con otro concurso, en este caso organizado por el grupo IFA que os podrá hacer ganar dineritos, y el viernes, Fran con un maravilloso Té de los suyos, así que ¡Buen fin de semana!

---

**EI  
chef**



Manu  
CatMan

Recetas de cocina con fotos y canal de vídeos en youtube. Gastronomía, Viajes, Restaurantes, trucos de cocina y excursiones en Mallorca. Manu CatMan

## Comentarios 13

---

1.



Nikichan Zafeiry

Que rico 😊 yo me apunto a este pica pica sin lugar a dudas Bss!!

Recetas de una gatita enamorada

01.10.14 - 09:37 AM

[Responder](#)

2.



Caty

Y la «discusión» de este verano era si el pica pica era de sepia, calamar o pulpo, la mayoría decía de pulpo, yo de sepia y de calamar, aunque éste es el que menos... menos mal que lo aclaras, jajajaja, ya pensaba que me había vuelto majareta y era la única que lo sabía. Como podrás observar en mis palabras yo no lo como, mi variat siempre sin pica pica, pero a mis hombres mayores les encanta, Sergi todavía no se pronuncia 😊

Besitos amores

01.10.14 - 09:37 AM

[Responder](#)

3.



el mito del sofrito

Esto está tan rico que creo que lo haré para un batallón .

Las recetas con chup chup tienen algo especial, a mi me encantan

Tiene un color divino.

Un beso

Lourdes

Pd: obrasss? Que no os pase na!!

01.10.14 - 09:37 AM

[Responder](#)

4.



LaCocinadeLasCasinas

Me encanta la receta y el consejo sobre la blandura de la sepia, gracias  
querido Manu, bsss

01.10.14 - 09:37 AM

[Responder](#)

5.



Ana Campos-hecho en la propriété

Que bueno Manu, no conocía eso del pica-pica, tiene una pinta-pinta de la  
leche jjjj. Y cuidado con las obras, yo estoy hasta el moño de ellas es una  
locura, así que ánimo. Un besazo!

01.10.14 - 09:37 AM

[Responder](#)



6.



Asier Abrasamefuerte

Te ha quedado de 10 Manu. Muchas felicidades por el primer premio de el concurso de blogs de canal cocina. Sin duda merecido. Un saludo

01.10.14 - 09:37 AM

[Responder](#)

7.



Marta

¡Hola, Manu catman!! A veces dejamos algun comentario en un blog y vemos algo que nos parece apetecible, nos dejamos llevar y le decimos al autor que seguro seguro vamos a hacer su receta pero seguimos visitando blogs, con recetas apetecibles todos ellos, y claro, terminas por no hacer esa receta que prometiste preparar. Dicho esto, diré que no conocía ninguno de los términos mallorquines ni la receta en sí peeeero sé que mañana me voy a ir al mercado a comprar sepia para preparar esta receta que me ha conquistado. Y ya de paso, aprovecho para decirte que celebro el segundo aniversario de mi blog y lo hago con un sorteo. Por si te apetece pasarte...

Un saludo,  
Marta («Sweet & Home/La Vida es Dulce»)

01.10.14 - 09:37 AM

[Responder](#)

8.



Pepi G

Una gran receta para mojar pan!!  
Rica, rica que se ve...

01.10.14 - 09:37 AM

[Responder](#)

9.



Isabel

Uuummm, al ver tus fotos, me parece que aun lo estoy saboreando y mira que hace ya un buen tiempo que viajé a Mallorca, pero es que me encantó este pica pica de sepia.

A ti te quedó divino, como todo lo que compartes con nosotr@s.

Un abrazo desde Priego.

01.10.14 - 09:37 AM

[Responder](#)

10.



polissona

El Domingo hice el Pica Pica todos me felicitaron gracias a ti.

01.10.14 - 09:37 AM

[Responder](#)



Manu CatMan

Ole y olé!!!! Gracias!!!

01.10.14 - 09:37 AM

o

Temporada de sepia en Mallorca – Mercat de l'Olivar

[...] Aquí os dejamos un ejemplo de receta para chuparse los dedos de nuestro amigo Manu de Cocinando con.... [...]

01.10.14 - 09:37 AM

[Responder](#)



Hola

Viva la comida tradicional de mallorca . buenísima.mmmmmm

01.10.14 - 09:37 AM

[Responder](#)

### **Déjanos tu comentario**

Tu dirección de correo electrónico no será publicada. Los campos obligatorios están marcados con \*

Este sitio usa Akismet para reducir el spam. [Aprende cómo se procesan los datos de tus comentarios.](#)

Esta web usa cookies propias y de terceros para mejorar tu navegación. Asumimos, si sigues navegando, que las aceptas.[Aceptar](#)

### **Privacy Overview**

---

This website uses cookies to improve your experience while you navigate through the website. Out of these, the cookies that are categorized as necessary are stored on your browser as they are essential for the working of basic functionalities of the website. We also use third-party cookies that help us analyze and understand how you use this website. These cookies will be stored in your browser only with your consent. You also have the option to opt-out of these cookies. But opting out of some of these cookies may affect your browsing experience.

Necessary cookies are absolutely essential for the website to function properly. This category only includes cookies that ensures basic functionalities and security features of the website. These cookies do not store any personal information.

Las cookies que pueden no ser particularmente necesarias para que el sitio web funcione y se utilizan específicamente para recopilar datos personales del usuario a través de análisis, anuncios y otros contenidos integrados se denominan cookies no necesarias. Es obligatorio obtener el consentimiento del usuario antes de ejecutar estas cookies en su sitio web.