

Receta de Alcachofas En Salsa Con Parmesano

22 Abr 2014



Buenos días a tod@s, para hoy os dejo esta receta que destaca por su sencillez, y os diré que con pocos ingredientes se puede lograr un plato exquisito que no os cansaréis de comer.

Ingredientes

- Alcachofas frescas (seis u ocho)
- Ajos (dos o tres dientes)
- Queso Parmesano rallado (sobre 100grs)
- Pan rallado (unos 50grs.)
- Caldo de verduras (medio litro)
- Vino blanco (un vaso)
- Mantequilla muy fría
- Perejil picado
- Aceite de oliva y Sal

Modo de Preparación

Preparación: Calentar un poco de aceite en una sartén o cazuela un poco honda y dorar los dientes de ajo sin que se quemen

1. Limpiar las alcachofas eliminando las hojas exteriores y cortarlas en cuatro trozos a lo largo y echarlos a la sartén con el corazón hacia arriba
 2. Poner una lámina fina de mantequilla sobre cada trozo
 3. Echar el pan rallado y el parmesano encima cubriendo las alcachofas y terminar con un chorrito de aceite de oliva y el vino blanco
 4. Añadir el caldo de verduras y tapar la cazuela, bajar el fuego al mínimo
 5. Dejar cocinando un par de horas, añadiendo un poco más de caldo si viéramos que queda seco
 6. Antes de apartarlas del fuego, espolvorear el perejil picado y dejar unos dos o tres minutos más
 7. Se pueden preparar con antelación y calentar al tiempo de comerlas
-