

Alcachofas en salsa verde con almejas



Ingredientes

8 alcachofas frescas(600 gr)
300 gr de almejas frescas o congeladas
4 ó 6 ramitas de perejil picado
40 gr de aceite de oliva
1 cta de maicena
2 diente de ajo picados
200 ml de vino blanco
150 gr de agua
1 guindilla
Pimienta negra molida
½ pastilla de caldo de pescado

Personas: 4 pax
Tiempo total: 30 min
Preparación: 1 min
Cocinado: 29 min
Dificultad: media

Preparación

Pique las hojas de perejil y reserve.

Limpie las alcachofas, retirando las hojas exteriores más duras y córtelas por la mitad. Frótelas con limón para que no se oxiden y reserve.

Ponga los ajos picados en una sartén con el aceite y sofría durante 4 minutos, Añada la cucharadita de maicena, el caldo de pescado, la pimienta y remueva hasta conseguir una consistencia cremosa.

Añada el vino blanco, el agua, la guindilla, la pimienta, las alcachofas y cueza durante 18 minutos o hasta que estén cocidas.

Añada las almejas y cueza durante 7 minutos o hasta que se abran todas,.

Vierta en un plato o fuente y espolvoree el perejil por encima.

Sirva inmediatamente.

Alcachofas en salsa verde con almejas(thermomix)



Ingredientes

8 alcachofas frescas(600 gr)
300 gr de almejas frescas o congeladas
4 ó 6 ramitas de perejil
40 gr de aceite de oliva
1 cta de maicena
2 diente de ajo
200 ml de vino blanco
150 gr de agua
1 guindilla
Pimienta negra molida
½ pastilla de caldo de pescado

Personas: 4 pax
Tiempo total: 30 min
Preparación: 1 min
Cocinado: 29 min
Dificultad: media

Preparación

Ponga en el vaso las hojas de perejil y programe 5 seg/vel7. Retire y reserve.
Limpie las alcachofas, retirando las hojas exteriores más duras y córtelas por la mitad. Frótelas con limón para que no se oxiden y reserve.
Ponga en el vaso los ajos, el aceite. Pique 3 seg/vel6 y sofría 4 min/120º/vel cuchara.
Incorpore la cucharadita de maicena, el caldo de pescado y mezcle 5 seg/vel5.
Coloque la mariposa en las cuchillas, vierta el vino blanco, el agua, la guindilla, la pimienta, las alcachofas y programe 18 min/varoma/giro inverso/vel cuchara.
Añada las almejas y programe 7 min/varoma/giro inverso/vel cuchara.
Vierta en un plato o fuente y espolvoree el perejil por encima.
Sirva inmediatamente.