Alcachofas a la montillana

Nombre de la receta

Alcachofas a la montillana

Tiempo

40 Minutos

Dificultad

Sencilla

Personas

2

Alérgenos

Gluten

Sulfito

Descripción

Alcachofas en salsa con vino de Montilla Moriles

Lugar originario de la receta

Córdoba

Ingredientes

- 1/2 Kilos de alcachofas
- 1/2 cebolla
- 3 dientes de ajo

- 1 pizca de hebras de azafrán
- 125 mililitro de vino blanco Montilla Moriles
- 1 rama de hierba buena
- 1 pizca de sal
- 30 gramos de jamón serrano (opcional)
- 1 limón
- 3 cucharadas soperas de aceite de oliva
- 1 cucharada sopera de harina

Pasos

1 En primer lugar limpiamos nuestras alcachofas dejando los corazones tiernos. Mientras las vamos preparando las vamos metiendo en un recipiente con agua con limón o con unas ramas de perejil para evitar que se ennegrezcan. Mientras ponemos un recipiente con agua a calentar. Cuando comience a hervir añadimos los corazones de alcachofas escurridos del agua anterior. Si son tiernas como en este caso con 15 minutos se habrán cocido.

2 Por otro lado ponemos una sartén con 3 cucharadas soperas de aceite de oliva y ponemos la cebolla y los ajos picados bien finos. La rehogamos con una pizca de sal hasta que estén tiernos. Añadimos una cucharada rasa de harina y removemos para que se cocine.

3 Ahora añadimos el vino y esperamos un poco que pierda el alcohol.

4 A continuación añadimos un poco de agua del caldo de cocción de las alcachofas, la hierbabuena y el azafrán. Introducimos las alcachofas y cocinamos hasta que se evapore el caldo y quede una salsita a nuestro gusto. Rectificamos de sal y ya las tenemos listas para emplatar. Si hemos optado por ponerle el jamón lo colocamos sobre las alcachofas a la hora de servir. Ya tenemos nuestra tradicional receta lista para comer.

Observaciones o consejos

Si tuviéramos en casa caldo de jamón hecho lo podemos añadir en lugar del agua en la salsa. En esta ocasión la receta lleva un poquito de hierbabuena seca porque no teníamos fresca.

Autor

Matilde Linares