

Alcachofas con gambas y ajetes



**Nombre de la receta**

Alcachofas con gambas y ajetes

**Tiempo**

45 Minutos

**Dificultad**

Sencilla

**Personas**

4

**Alérgenos**

Crustáceos  
 Gluten  
 Sulfito

**Descripción**

Alcachofas salteadas con gambas y ajos tiernos

**Ingredientes**

- 1 Kilo de alcachofas

- 250 gramos de gambas
- 1 manojo de ajos tiernos
- 1/2 cebolla
- 1/2 vasos de vino
- 1 cucharada soperas de harina
- 3 cucharadas soperas de aceite de oliva
- al gusto de sal
- 1/2 limón

## Pasos

**1** En primer lugar limpiamos nuestras alcachofas de las hojas duras exteriores y las puntas, dejando solamente los corazones. Vamos frotando con el limón cada uno de ellos para que no se ennegrezcan al cocerlos. Una vez los tenemos preparados, los hervimos en agua durante 15 o 20 minutos o hasta que estén tiernos al pinchar sin que se deshagan. Los sacamos, los escurrimos y los reservamos.



**2** En una sartén ponemos 2 cucharadas de aceite y salteamos las gambas enteras.



**3** Una vez salteadas, las sacamos escurridas a un plato cuidando que no queden bigotes en la sartén. En la misma sartén aprovechando el sabor que han dejado las gambas, añadimos la otra cucharada de aceite y ponemos a pochar los ajetes cortados en trozos a nuestro gusto.



**4** En cuanto los ajetes empiecen a dar olor, añadimos la media cebolla picadita y pochamos a fuego suave durante unos minutos.



**5** Cuando estén pochadas, añadimos la harina y removemos para que se cocinen. En cuanto se ha tostado un pelín la harina, añadimos el vino.



**6** A continuación añadimos las alcachofas partidas por la mitad o en cuartos si son grandes. Salamos y dejamos que se vayan haciendo a fuego lento. Si vemos que nos quedan secas, les añadimos un poquito de agua de cocción.



**7** Mientras, las gambas se habrán enfriado y las pelamos. En cuanto la salsa de alcachofas esté a nuestro gusto, añadimos las gambas ya peladas. Damos un vaivén a la sartén para que se mezclen todos los ingredientes y ya tenemos listas nuestras ricas y tradicionales alcachofas.



#### **Observaciones o consejos**

Si tenemos en casa caldo de pescado, añadimos un poquito en vez de agua de cocción. Incluso si tenemos caldo de pollo le da muy buen sabor igualmente.

#### **Autor**

Matilde Linares