

Alcachofas en escabeche



**Nombre de la receta**

Alcachofas en escabeche

**Tiempo**

1 Horas

**Dificultad**

Sencilla

**Personas**

4

**Alérgenos**

Gluten  Sulfito

**Descripción**

Alcachofas rebozadas fritas en salsa de escabeche

**Ingredientes**

- 1.5 Kilos de alcachofas
- 2 cebollas
- 8 dientes de ajo
- 3 hojas de laurel
- 200 mililitro de vino blanco
- 80 centilitros de vinagre de vino

- al gusto de sal
- al gusto de pimienta
- 1 cucharadita de pimentón dulce
- 100 gramos de harina
- 250 mililitro de aceite para freír
- 6 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra
- 3 rodajas de limón

## Pasos

**1** El primer paso que seguiremos será limpiar nuestras alcachofas quitándoles las hojas duras y cortando las puntas de las hojas. Dejaremos los corazones blandos y los rabitos limpios de dureza. Los partimos en cuatro partes o dos como en este caso porque son muy tiernas y pequeñas y los introducimos en un recipiente con agua y 3 rodajas de limón para que no se ennegrezcan demasiado.



**2** Cuando las tenemos preparadas, las vamos sacando a un paño para secarlas bien.



**3** Una vez secas las rebozamos en harina sacudiendo siempre el exceso de esta.



**4** En una sartén hondita ponemos el aceite para freír y vamos poniendo las alcachofas enharinadas. Las tenemos un minuto por cada lado.



**5** Conforme se van friendo las sacamos a una fuente con papel absorbente y reservamos.



**6** En una cazuela de base ancha ponemos el aceite de oliva, añadimos 3 hojas de laurel y los dientes de ajo con un corte en el centro y empezamos a dorarlos.



**7** Cuando empiezan a dorarse añadimos la cebolla cortada en juliana, pero gordita y salpimentamos.



**8** Cuando la cebolla esté pochada, añadimos la cucharita de pimentón. Sofreímos un par de segundos.



**9** A continuación añadimos el vinagre y el vino y esperamos 3 o 4 minutos a que evapore el alcohol a fuego medio.



**10** A continuación ponemos encima nuestros corazones de alcachofa y removemos en vaivén con cuidado para que no se deshagan. Tapamos y dejamos cocinar a fuego medio durante unos 15 minutos. Si vemos que se va a quedar seco, añadimos un poco de agua de cocción de las alcachofas. Cuando la salsa se ha quedado a nuestro gusto, probamos y rectificamos de sal y ya las tenemos listas para servir añadiéndole el escabeche por encima.



**Observaciones o consejos**

No hay observaciones o consejos.

**Autor**

Matilde Linares