

Cazón con patatas y alcachofas



Nombre de la receta

Cazón con patatas y alcachofas

Tiempo

90 Minutos

Dificultad

Sencilla

Personas

2

Alérgenos



Pescado



Moluscos



Sulfito

Descripción

Patatas guisadas con cazón, alcachofas y almejas

Ingredientes

- 1 cebolla fresca grande

- 2 dientes de ajo
- 1/2 pimiento verde
- 1/2 cucharaditas de pimentón
- 2 patatas grandes
- 2 rodajas de cazón
- 12 corazones de alcauciles (alcachofas)
- 1 hoja de laurel
- 150 mililitro de vino blanco
- 1 puñado de almejas
- 4 cucharadas soperas de aceite de oliva
- al gusto de sal

Pasos

1 En primer lugar ponemos el aceite a calentar en la perola o sartén honda donde vayamos a cocinar nuestro guiso. Cuando esté caliente pochamos el pimiento, la cebolla y los ajos picados. Sofreímos a fuego medio unos 10 minutos.



2 Cuando está sofrito, apartamos un momento del fuego y añadimos el pimentón y la hoja de laurel. Removemos para que el pimentón se dore sin quemarse.



3 Inmediatamente después añadimos el vino y esperamos a que evapore el alcohol.



4 Ahora echamos las patatas peladas y cortadas cachadas. Removemos, añadimos agua y dejamos cocer.



5 A media cocción de las patatas añadimos los corazoncitos de los alcauciles. Esta es una variedad de alcachofa pequeña y autóctona. Salamos todo al gusto y dejamos cocer.



6 Cuando las patatas y las alcachofas están cocidas, añadimos las rodajas de cazón y el puñado de almejas y dejamos cocinar unos 10 minutos más. Probamos, rectificamos de sal y ya tenemos listo nuestro rico y saludable plato de cuchara.



Observaciones o consejos

Se puede añadir una pastilla de caldo de pescado concentrado.

Autor

Matilde Linares