

Creador: Sonia Campos **Recetizador:** Maria Consuelo



Descripción:

otra manera de comer alcachofas.

Tiempo: 15 minutos

Dificultad: Fácil

Tipo de plato: Otros

Tipo de cocina: Normal

Otros: Cocina Tradicional

Coste: Muy económico

El truco de esta receta:

si no quieres limpiar y pelar las alcachofas se pueden usar las congeladas que vienen listas para usar.

Ingredientes para 4 personas :

- 1 kg de alcachofas
- 150g de jamon serrano aprox 150g .
- - Aceite - Sal
- 1 puñado de perejil

Preparación:

Paso 1

poner en un bol agua y perejil y una vez limpiamos las alcachofas ,las cortamos a laminas y las ponemos en el agua con el perejil para que no se oscurezcan, mientras troceamos el jamon y reservamos, en una sartén ponemos un chorro bueno de aceite cuando este caliente ponemos las alcachofas y la sal tapamos y bajamos el fuego al minimo y dejamos hasta que las alcachofas esten tiernas, unos 15-20 min una vez tiernas quitamos el exceso de aceite ,apagamos el fuego y añadimos el jamon picado y mezclamos para que suelte toda su esencia .el jamon no hay que cocinarlo o se pondra correoso ,con el calor de las alcachofas es suficiente para que deje su sabor.