

# Alcachofas con almejas y calamares



**Recetízate**  
Las recetas que hablan de ti  
[www.recetizate.com](http://www.recetizate.com)

**Creador:** Eva Codina **Recetizador:** Mary mer



**Tiempo:** 1 hora

**Dificultad:** Fácil

**Tipo de plato:** Segundo plato

**Tipo de cocina:** Normal

**Otros:** Cocina Tradicional

**Coste:** Medio

**El truco de esta receta:**

Las alcachofas y los calamares mejor frescos que congelados

## Descripción:

Esta recete me la enseñó una cocinera navarra esta de lujo!!

## Ingredientes para 4 personas :

- 10 Alcachofas
- 400g de almejas
- 400g de Calamares
- 1/4 de Caldo de verduras
- agua
- 1/2 de limón
- 1 Cebolla
- 1 Ajos
- 2 cucharadas de harina
- aceite
- sal y pimienta

## Preparación:

### Paso 1

Limpiamos bien las alcachofas y untamos con limón para que no se pongan negras, las ponemos a cocer con una cucharada de harina y sal unos 15 minutos, las escurrimos cortamos por la mitad y reservamos.

### Paso 2

Ponemos la cebolla bien picada con un chorro de aceite reogandola bien ponemos una cucharada de harina, seguimos reogandola y añadimos el caldo de verduras removiendo bien. Pondremos las almejas y las alcachofas.

### Paso 3

Por otra parte limpia corta y sazona los calamares y ponlos a reogar con un poco de aceite y un diente de ajo, cuando estén hechos viértelo en la cazuela con los demás ingredientes remueve bien unos minutos y ya lo tendremos listo. Espero que os guste Bon profit!

