Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas



PLATOS PRINCIPALES

Patatas guisadas con alcachofas

4 raciones · 406 kcal

Ingredientes

- **750gr** de patatas en gajos
- **250**-300gr de carne de cerdo a tacos
- **1200**-1500ml de agua
- **½** cebolla
- **3 dientes** de ajo
- **1** pimiento verde
- **½** pimiento rojo
- **2** alcachofas
- **1** tomate Mar Azul rallado
- **1** chorrito de vino blanco
- Pimentón de la Vera
- Sal
- Aove

Elaboración

1. Ponemos un chorrito de aove en una cacerola onda, cortamos en brunoise los ajos, la cebolla, el pimiento verde y rojo, añadimos a la cacerola a fuego medio hasta que esté toda la verdurita pochada.
2. Pelamos las alcachofas, las troceamos y añadimos a la cacerola, cocinamos unos 5-6 min., agregamos la carne, la doramos y echamos el vino blanco al gusto, dejamos que se evapore y añadimos el tomate.
3. Dejamos que se evapore el agua del tomate.
4. Añadimos las patatas, la sal, el pimentón, removemos durante un par de min. y agregamos el agua y dejamos cocina a fuego medio unos 25-30 min. hasta que veamos que están tiernas.
5. Servimos calientes.

POR RACIÓN	19 g Proteínas	17 g Grasas	46 g Hidratos	9,3 g Fibra

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas
cooknest.app/@coolfood-bylidya · Instagram @coolfood_bylidya