Recetas SAL Y PIMIENTA🌺



PLATOS PRINCIPALES

Alcauciles rellenos

45min · 2 raciones · 510 kcal

Ingredientes

- 4 alcachofas o alcauciles, lo que más te guste
- 1/2 cebolla
- Dos o tres ajitos troceados
- Taquitos de jamón
- 1 vaso de agua
- 1 vaso de vino blanco
- 2 hojas de laurel
- 1 pastilla de avecrem
- 1 huevo duro
- Sal y pimienta en grano
- Aove

POR RACIÓN

Proteínas	25 g
Grasas	24 g
Hidratos	35 g
Fibra	14 g

Elaboración

1. Quitar las hojas duras a las alcachofas y dejarlas en un bol con agua y limón
2. En una olla con aceite, añadir media cebolla y dos o tres ajitos troceados, junto con dos hojas de laurel y un vaso de vino blanco
3. Poner también una pastilla de avecrem en las alcachofas, un vaso de agua y cubrir
4. Tapar y dejar que se haga media hora a fuego medio
5. Añadir también un poco de sal, pimienta en grano, taquitos de jamón y un huevo duro troceado
6. Dejar que se haga 10 o 15 minutos más a fuego lento

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Recetas SAL Y PIMIENTA🌺
cooknest.app/@recetasalypimienta · Instagram @recetasalypimienta