

APERITIVOS / ENTRANTES

Aperitivo de alcachofas con anchoas

10min · 4 raciones · 114 kcal

Ingredientes

- **1** bote de alcachofas (el mío era de 410 gramos de peso neto)
- Anchoas en conserva
- Aceite de oliva virgen extra
- Vinagre balsámico

POR RACIÓN

Proteínas	**5,5 g**
Grasas	**7,8 g**
Hidratos	**5,8 g**
Fibra	**3,6 g**

Elaboración

1. En un plato pon aceite de oliva virgen extra.
2. Añade vinagre balsámico al gusto.
3. Pon sobre el aceite las alcachofas, y sobre cada una de ellas una anchoa.
4. Coge un buen pan y a disfrutar.

RECOMENDACIONES

Ideal cuando se presentan invitados y no tienes nada preparado. No te olvides de un buen pan para mojar.

Hecho con CookNest

