



Atelier de Cocina

ALCACHOFAS RELLENAS DE MARISCO EN SALSA

Ingredientes:

18 alcachofas

Braseado:

½ l. caldo de verduras o pollo
1 copita de cognac

Empanado:

Harina
2 huevos batidos
Pan rallado

Relleno:

500 grs. langostinos
2 cebollas pequeñas
100 grs. vino blanco
250 grs. de leche
15 grs. harina
15 grs. Mantequilla
Sal, pimienta y cayena
Aceite de oliva

Salsa:

Carcasas de langostinos
1 cebolla
1 puerro
1 tomate maduro o tomate frío
1 copita de whisky
2 cucharadas de harina
500 grs. de fumet de pescado
Aceite de oliva

Elaboración:

Cortar el tercio superior de las alcachofas y retirar el tallo y las hojas exteriores. Apretar sobre la mesa de trabajo para que se abran y vaciar el centro.

Poner en el horno a brasear a 180° con el cognac y el caldo, durante 1,30 h. aproximadamente hasta que estén blandas o cocer en el fuego con agua, sal y con una cucharada de harina y unas gotas de limón.

Relleno: Pelar los langostinos, reservando algunos enteros para decorar. Saltear los cuerpos en la mantequilla unos minutos, retirar y trocear.



Atelier de Cocina

En la misma grasa rehogar las cebollas picadas. Añadir el vino blanco y cocer hasta que se evapore. Incorporar la harina y tostar ligeramente. Añadir la leche, removiendo con varillas y dejar cocer 5 minutos. Añadir los langostinos troceados y dejar cocer cinco minutos más. Sazonar y dejar enfriar.

Salsa: Rehogar en aceite las cabezas y carcasa de los langostinos, machacando un poco. Añadir la cebolla y el puerro troceados, el tomate maduro y las dos cucharadas de harina. Flambear con el whisky y añadir el fumet. Dejar cocer unos 30 minutos.

Pasar por el chino y sazonar. Esperar si fuera necesario.

Dejar enfriar las alcachofas braseadas, rellenar con la mezcla en frío. Pasar por harina, huevo batido y pan rallado y freír en abundante aceite.

Presentación:

Servir con la salsa y decorar con los langostinos enteros y fritos.