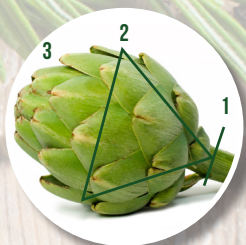


RECETAS



¿COMO PELAR Y LIMPAR LOS ALCAUCILES?

Para obtener el corazón: Cortar la base (1). Luego introducir el cuchillo como se indica en el paso (2) y hacer girar el alcaucil o el cuchillo. Por último cortar las puntas (3). Retocar eliminando las hojas restantes, se debe obtener el “corazón” en forma de cono.



ALCAUCILES FRITOS

12

PORCIONES

INGREDIENTES

2 ALCAUCILES PLATENSES violetas de buen tamaño, 1 huevo, ¼ kg de harina, sal y pimienta. Aceite para freír.

PREPARACIÓN

Pelar y limpiar los alcauciles. Cortar a lo largo en 6 a 8 trozos finos de acuerdo al tamaño del alcaucil.

Colocar todos los alcauciles pelados y cortados en un recipiente con harina y zarandear. Pasar los trozos por otro recipiente con huevo batido. Salpimentar y freír.



PAELLA CON ALCAUCILES

20

PORCIONES

INGREDIENTES

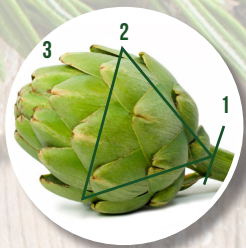
30 ALCAUCILES PLATENSES blancos cortados en mitades, $\frac{3}{4}$ kg de cebolla de verdeo, $\frac{3}{4}$ kg de puerro, $\frac{3}{4}$ kg de pasta de chorizo, 3 lt de agua, 2 cubos de caldo de gallina, 2 cubos de caldo de vegetales, 1 kg de morrones rojos, 500 gr de panceta ahumada, 1 cabeza de ajo, $\frac{1}{2}$ kg de arvejas frescas, 1 kg de arroz.

PREPARACIÓN

En una paellera de 60 cm de diámetro, freír, en $\frac{1}{4}$ litro de aceite de oliva, 1 kg de morrones rojos cortados en trozos pequeños. Cuando estén cocidos, agregar el puerro, el verdeo, 500 grs de panceta ahumada cortada en trozos, la pasta de chorizo y los dientes de ajo sin pelar. Agregar el caldo de gallinas y el caldo de vegetales. Al comenzar el hervor, agregar $\frac{1}{2}$ kg de arvejas frescas y 1 kg de arroz.

Sobre el arroz, colocar los 30 corazones de alcauciles cortados en mitades. Con una espátula presionarlos para que queden sumergidos (sin revolver). Cocinar aproximadamente 20 minutos, dejar descansar de 3 a 5 minutos y servir.

RECETAS



¿COMO PELAR Y LIMPAR LOS ALCAUCILES?

Para obtener el corazón: Cortar la base (1). Luego introducir el cuchillo como se indica en el paso (2) y hacer girar el alcaucil o el cuchillo. Por último cortar las puntas (3). Retocar eliminando las hojas restantes, se debe obtener el “corazón” en forma de cono.



ENSALADA DE ALCAUCILES

4
PORCIONES

INGREDIENTES

4 ALCAUCILES PLATENSES blancos y 4 ALCAUCILES PLATENSES violetas, 6 aceitunas descarozadas, sal, pimienta y aceite de oliva.

PREPARACIÓN

Pelar los alcauciles y cocinar. Dejar enfriar. Cortar en trozos pequeños y mezclar con las aceitunas cortadas o enteras. Condimentar con aceite de oliva, sal y vinagre a gusto.

Sugerencias: Agregar panceta ahumada en trozos, queso parmesano rallado o croutons. También se puede combinar con lechugas de distintos colores.



ALCAUCILES EN ESCABECHE

12

PORCIONES

INGREDIENTES

12 ALCAUCILES PLATENSES blancos, 4 cebollas, 4 zanahorias, 1 taza de vinagre blanco, 1 taza de aceite, 1 taza de caldo, pimienta en grano, 3 hojas de laurel.

PREPARACIÓN

Limpiar los alcauciles según el método propuesto.

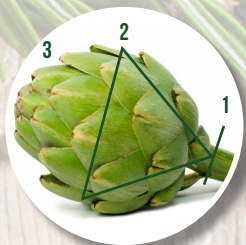
Disponer en una cacerola las 4 cebollas cortadas en juliana y las 4 zanahorias en rodajas. Sobre la zanahoria, colocar los alcauciles.

Agregar una taza de vinagre blanco, 1 taza de aceite, 1 taza de caldo, los granos de pimienta y 3 hojas de laurel.

Cocinar a fuego moderado hasta que los alcauciles estén blandos.

Consumir preferentemente frío.

RECETAS



¿COMO PELAR Y LIMPAR LOS ALCAUCILES?

Para obtener el corazón: Cortar la base (1). Luego introducir el cuchillo como se indica en el paso (2) y hacer girar el alcaucil o el cuchillo. Por último cortar las puntas (3). Retocar eliminando las hojas restantes, se debe obtener el “corazón” en forma de cono.



TARTA DE ALCAUCILES

6

PORCIONES

INGREDIENTES

8 ALCAUCILES PLATENSES blancos, 1 cebolla mediana, 3 huevos, 150 gr de queso rallado, sal y pimienta a gusto, queso cremoso (cantidad necesaria), masa para tarta.

PREPARACIÓN

Limpiar los alcauciles. Rehogar la cebolla finamente picada en una sartén. En un recipiente batir los huevos y agregar los alcauciles picados, el queso rallado, la cebolla rehogada, sal y pimienta. Disponer la preparación sobre la masa para tarta y llevar al horno. Unos minutos antes de que esté lista para cubrir la superficie con queso cremoso.



BOCADILLOS DE ALCAUCILES

8 PORCIONES

INGREDIENTES. 8 ALCAUCILES PLATENSES blancos o violetas, 5 huevos, 250 gr de harina, ajo y perejil picado, sal, pimienta y aceite para freír.

PREPARACIÓN. Pelar y limpiar los alcauciles. En un recipiente, batir los huevos, incorporar la harina, agregar ajo, perejil, sal, pimienta y mezclar hasta lograr una pasta homogénea. Escurrir los alcauciles, pasarlos por la mezcla y freírlos en una sartén con aceite.



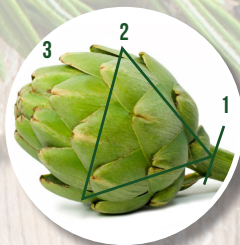
PASTA DE ALCAUCILES

12 PORCIONES

INGREDIENTES. 10 ALCAUCILES PLATENSES blancos, 50 gr de queso azul, 100 gr de queso crema, jugo de limón.

PREPARACIÓN. Pelar y cocinar los alcauciles con el método propuesto, dejar enfriar, procesar y salpimentar. Una vez procesados, mezclar con el queso crema y el queso azul. Servir sobre galletitas o tarteletas.

RECETAS



¿COMO PELAR Y LIMPAR LOS ALCAUCILES?

Para obtener el corazón: Cortar la base (1). Luego introducir el cuchillo como se indica en el paso (2) y hacer girar el alcaucil o el cuchillo. Por último cortar las puntas (3). Retocar eliminando las hojas restantes, se debe obtener el “corazón” en forma de cono.



TORTILLA DE ALCAUCILES

4
PORCIONES

INGREDIENTES

12 ALCAUCILES PLATENSES blancos o violetas, 6 huevos, 2 cebollas de verdeo, sal, pimienta y aceite.

PREPARACIÓN

Limpiar los alcauciles con el método propuesto y hervir. Rehogar la cebolla de verdeo finamente picada en una sartén. En un recipiente, batir los huevos y agregar los alcauciles picados, la cebolla de verdeo y salpimentar. Calentar la sartén con un poco de aceite, verter la mezcla distribuyéndola sobre toda la superficie. Cocinar a fuego mediano. Dar vuelta la preparación con la ayuda de una tapa. Terminar de cocinar y servir.



EMPANADAS DE ALCAUCILES

12

PORCIONES

INGREDIENTES

8 corazones de **ALCAUCILES PLATENSES** blancos, 1 docena de tapas para empanadas, 3 cebollas grandes, ¼ kg de queso muzzarella.

PREPARACIÓN

Preparar los corazones de alcauciles con el método propuesto.

Rehogar las cebollas, mezclarlas con los corazones de alcauciles y procesarlos.

Mezclar la preparación con la muzzarella.

Armar las empanadas.

Cocinar en horno moderado o freír en aceite.