

# Alcachofas al tegame

Tiempo de preparación: 45 Min



## Ingredientes

**Pimienta:** A gusto

**Alcachofas:** 4 Unidades

**Ajo:** 1 Diente

**Parmesano:** 100 g

**Yemas de huevos frescos:** 4 Unidades

**Sal:** A gusto

**Aceite De Oliva:** Cantidad necesaria

**Papas cocidas:** 1/2 k

**Perejil:** 1/2 Manojó

## Preparación de la Receta

- Para comenzar, pelamos las alcachofas sin quitarle el tallo, cortamos la punta para dejar el corazón a la vista. Reservamos.
- A continuación, picamos el *perejil* y el *ajo* muy fino.
- Luego, con el pulgar presionamos el corazón para conseguir que quede un hueco en la *alcachofa*. Lo rellanamos con el *perejil*, el *ajo* y una pizca de sal.
- Seguidamente, disponemos en una *cacerola* las alcachofas con los tallos hacia arriba.
- Añadimos aceite hasta cubrir 1/3 de las alcachofas. Tapamos la *cacerola* y cocinamos a fuego medio durante 10 minutos.
- Precalentamos el horno en función grill.
- Por otro lado, aplastamos las papas cocidas y las colocamos en una cazuela. Espolvoreamos con queso parmesano por encima, una pizca de pimienta y gratinamos durante 3 minutos.
- Una vez que pasó el tiempo, retiramos el puré del horno y colocamos la yema en el centro.
- Añadimos sobre la *alcachofa*.
- Para terminar, emplatamos y espolvoreamos un poco de *perejil* picado por encima.
- Servimos.

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/alcachofas-al-tegame>