

# Alcachofas Rellenas



## Ingredientes

**Puerro:** 1 Unidad

**Azúcar:** 30 grs

**Croutons:** 100 grs

**Jamon:** 100 grs

**Mozzarella rallada:** 200 grs

**Sal:** c/n

**Vino Blanco:** 100 Mililitros

**Alcachofa:** 14 Unidades

**Caldo de jamón:** 300 grs

**Harina:** 30 grs

**Mantequilla:** 30 grs

**Pimienta:** c/n

**Cebolla:** 3 Unidades

## Preparación de la Receta

- Cortamos la *cebolla* bien pequeña y cocinamos con el azúcar, el vino, la sal y la pimienta hasta que caramelize
- Cuando esté con el *color* deseado, pasamos por la batidora eléctrica y reservamos.
- Vaciamos las alcachofas y le dejamos parte de las hojas para poder rellenarlas
- Las cocemos en agua hirviendo durante unos 5 minutos
- Que queden al dente.
- Mientras, derretimos la *mantequilla* y salteamos el *puerro* y el *jamón* y añadimos la *harina*
- Añadimos el caldo y salpimentamos a gusto.
- Rellenamos las alcachofas y las espolvoreamos con *mozzarella* para llevarlas a *gratinar*.
- Servimos acompañando con la salsa de *cebolla* caramelizada y croutons.

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