



ALCACHOFAS CON ALMEJAS AL CAVA

DIFICULTAD PREPARACIÓN COCINADO
Intermedio 25 min 20 min

Ingredientes (para 6 personas)

Alcachofas de pequeño tamaño: 30

Almejas: 750 g

Ajo: 2 dientes

Harina: 100 g

Cava: 500 ml

Aceite de oliva virgen: 150 ml

Sal: una pizca

Pimienta negra: recién molida

Perejil picado: para adorna



Preparación

1. Preparar las alcachofas retirando con un cuchillo las hojas exteriores desde la base. Desechar el rabo y la pelusa interna de los corazones y darles forma.
2. Cocer las alcachofas en la olla con agua, sal y harina. Escurrirlas y reservar.
3. Saltear en una sartén con el aceite los ajos picados e incorporar luego la harina.
4. Dar un par de vueltas a fuego bajo y añadir las almejas lavadas y muy escurridas.
5. Regar con el cava y llevarlas de nuevo al fuego hasta que se abran todas.
6. Cortar mientras tanto los fondos de alcachofa en cuartos. Incorporarlos a la sartén de las almejas y dar unas vueltas.
7. Rectificar la sal y la pimienta, y servir

AUTOR	NOMBRE DEL DOCUMENTO	REFERENCIAS DEL DOCUMENTO			Página 1 de 1
		Grupo	Edición/Revisión	Fecha	
JuCaSaTa	Alcachofas con almejas al cava	Vegetales y Veganos	01	09-01-2026	

Este documento y su contenido es propiedad de Juan Carlos Sanz Tamayo. Queda prohibida su divulgación o entrega a terceros sin la previa autorización escrita del propietario.