



Alcachofas Fritas al Estilo Judeo-Romano

Categoría: Guarniciones **Tempo di preparazione:** 15 minutos **Difficoltà:** facile 🕒

Ingredienti per 4

- 4 alcachofas globosas
- 2 litros de aceite de girasol o cacahuete
- 1/2 limón
- Sal

Chef: Viviana Marrocoli

Estas deliciosas y crujientes alcachofas son un ejemplo magnífico del arte del frito en la tradición judeo-romana.

Para 4 personas

Tiempo de preparación: 15 minutos

Tiempo de cocción: 25 minutos

Método

Limpia las alcachofas: retira las hojas exteriores más duras hasta llegar a las hojas más tiernas, con una base blanca. Corta la parte superior de las hojas y recorta la base para eliminar las partes leñosas, formando una especie de capullo. Corta el primer centímetro de la parte superior y, con una cuchara pequeña, retira el corazón fibroso. Pela los tallos y espolvorea con limón para evitar que se oxiden. Golpea suavemente las alcachofas para ablandarlas, abre con cuidado las hojas y sumérgelas en agua con hielo y limón para evitar la oxidación.

Calienta el aceite en una sartén honda hasta que alcance 130°C. Seca bien las alcachofas y sumérgelas en el aceite caliente, pero no hirviendo. Cocina durante 20 minutos, hasta que la base esté tierna. Retíralas y escúrrelas boca abajo sobre papel de cocina.

Antes de servir, calienta el aceite a 175°C. Abre bien las hojas de las alcachofas con cuidado de no romperlas y fríelas durante 3 minutos hasta que estén crujientes y doradas, con las hojas abiertas. Escúrrelas sobre papel de cocina y espolvorea con sal.

Nota: Con los recortes y hojas de las alcachofas puedes hacer un caldo o una infusión natural como digestivo, secando las hojas.

