

## ALCACHOFAS CON SALTEADO DE HORTALIZAS Y GAMBAS

### **Ingredientes:**

- ~ 4 u 8 alcachofas (según tamaño) naturales limpias.
- ~ 16 gambas grandes crudas o langostinos.
- ~ 1 o 2 pimientos verdes (según tamaño)
- ~ ½ pimiento rojo de asar.
- ~ 1 puerro grande.
- ~ 1 cebolla grande.
- ~ 2 o 3 zanahorias.
- ~ 200gr de tomate natural sin piel.
- ~ Aceite virgen de oliva y sal.

### **Preparación:**

- Cocemos las alcachofas 15 o 20 minutos en agua con un poco de sal. Reservamos en su agua caliente. Si fueran congeladas cocerán antes.
- Pelamos los langostinos y guardamos las peladuras y las cabezas. Reservamos.
- Cortamos del mismo tamaño todas las hortalizas. Reservamos
- En una sartén vertemos un poquito de aceite y freímos las cabezas y las peladuras de los langostinos hasta que estén muy tostados. Echamos un poquito de agua para desglasar, hervimos unos segundos y pasamos por un chino apretando bien para que suelten el jugo. Reservamos.
- En otra sartén amplia con aceite caliente, echamos las hortalizas según dureza. Primero la zanahoria, cuando lleve dos o tres minutos aprox. añadimos la siguiente y así sucesivamente. Salamos.
- Añadimos el tomate, salamos y cuando comprobemos que el preparado anterior está pochado, pero al dente, cocemos durante 15 minutos aproximadamente.
- Añadimos al preparado anterior el jugo de las peladuras de las gambas, removemos.
- Incorporamos las alcachofas y las gambas repartidas por encima del salteado de hortalizas. Tapamos y dejamos cocer a fuego suave dos minutos más.
- Servimos caliente.
- **Nota:** Otra forma de acabar el plato sería emplatar caliente en una fuente de horno todo el preparado y colocar las gambas crudas pintadas con aceite sobre las alcachofas y meter al horno precalentado a 170° alrededor de tres minutos. Debemos tener cuidado con el tiempo y la temperatura para que las gambas no se sequen y nos queden jugosas.



## **ESPIRALES DE HOJALDRE RELLENO CON MANZANA SOBRE COULÍS DE FRESAS**

### **Ingredientes:**

- ~ 2 planchas de hojaldre con mantequilla rectangular.
- ~ 500gr de manzanas al gusto (mejor ácidas).
- ~ 700gr de fresas naturales.
- ~ 150gr de harina de almendras.
- ~ 80gr de azúcar.
- ~ 2 cucharadas de azúcar para el hojaldre (opcional).
- ~ 1 tarrina de Creme Fraiche (crema fresca) o nata para postres.
- ~ 1 vaina de vainilla (semillas).
- ~ 1 limón (zumo).
- ~ 1 huevo para pintar.



### **Preparación:**

- Apartamos 250gr fresas y reservamos.
- Trituramos el resto de las fresas y las ponemos a cocer durante cinco minutos con 80gr de azúcar, las semillas de una vaina de vainilla y el zumo de medio limón. Pasamos por un chino para que nos quede muy fino. Reservamos.
- Pelamos y cortamos las manzanas y las fresas reservadas en trocitos muy pequeños, incorporamos la harina de almendras y rociamos con el zumo de limón para que no se oxiden. Reservamos.
- Extendemos dos cucharadas de azúcar sobre la placa de hojaldre por una cara apretando ligeramente con un rodillo para que penetre bien. Damos la vuelta al hojaldre para que nos quede el azúcar por la parte exterior. Este paso es opcional.
- Con ayuda de una brocha de cocina, extendiendo bien, pintamos con la Creme Fraiche el hojaldre (esta cara no lleva azúcar).
- Cortamos tiras de 8 cm a lo ancho de la plancha de hojaldre. Nos saldrán tres o cuatro tiras de cada lámina de hojaldre dependiendo del tamaño de éste.
- Repartimos abundantemente las frutas a lo largo de la tira, dejando dos centímetros libres tanto al principio de la tira (lado más corto de la tira) como al final y tres centímetros en la parte más larga de la tira.
- Enrollamos con cuidado desde el lado más corto hacia arriba. Pegamos bien la masa que habíamos dejado libre en la parte superior y cerramos todo el lateral con los dedos apretando bien para cerrar y hacer una base.  
Le damos la vuelta, lo ponemos sobre un trozo de papel de horno y pintamos el hojaldre con el huevo batido. Nos quedará una forma parecida a un cilindro.
- En moldes rígidos para magdalenas o similares metemos cada uno de los “cilindros” con su papel de horno en la base para que no se pegue.
- Cuando tengamos todos los “cilindros” terminados y en sus correspondientes moldes, los metemos al frigorífico 10 minutos. Será el tiempo que necesite el horno para calentarse.
- Horneamos a 220° durante 20 o 25 minutos hasta que los veamos dorados y esponjosos.
- Servimos caliente o templado con el coulis de fresas y la Creme Fraiche algo azucarada.