

Alcachofas con habitas al azafrán

INGREDIENTES para 6 raciones:

- 2 dientes de ajo
- 2-3 ramitas de perejil fresco (hojas y parte del tallo) limpias y secas
- 50 g de aceite de oliva
- 1 cucharada rasa de maicena
- ½ pastilla de caldo de verduras
- 1 pellizco de pimienta molida
- 1 pellizco de hebras de azafrán
- 330 g de cerveza
- 600-700 g de alcachofas frescas, limpias cortadas por la mitad
- 300 g de habas congeladas



PREPARACIÓN:

1. Ponga en el vaso el ajo, el perejil y el aceite. Pique **3seg/vel 7** y sofría **3min/120°/vel 1**. (3 min/varoma/vel 1 en TM31)
2. Añada la maicena , la pastilla de caldo, la pimienta y al azafrán. Mezcle **5seg/vel 4**.
3. **Coloque la mariposa** en las cuchillas. Añada la cerveza y las alcachofas. Situe el recipiente Varoma en su posición y ponga las habas. Tape el Varoma y programe **25 min/varoma/giro inv/vel 1**. Retire el Varoma, deje templar las habas unos minutos y pélelas. Ponga las alcachofas en una fuente, añada las habas y sirva.

Sugerencia: podemos hacer el plato con las habitas baby en conserva con aceite de oliva, las podemos añadir al vaso en los últimos 5 min, y no utilizamos el Varoma.



thermomix