

Corazones de alcachofas con mousse de oca. Juego de blogueros 2.0



Alcachofas confitadas con mousse de oca.

Con esta receta participo en el juego de blogueros 2.0 del mes de noviembre. Podíamos optar esta vez por la alcachofa o por las castañas. No me lo pensé dos veces, y claro aquí veis que elegí la alcachofa, porque es una de las verduras que más me

gustan y además puedes hacer infinidad de recetas con ellas. Tenia ilusión de volver a participar en este juego con los demás blogs. Así de paso estreno mi nueva web.

Con esta receta a su vez, me adelanto a las fechas próximas , ya que breve tenemos aquí la Navidad. Nos sirve como entrante estupendo y además muy económico . Para preparar la receta he utilizado 5 alcachofas , unas setas y mousse de oca, éste último muy asequible, no supera los dos euros. Así que por menos de 4 euros tienes un primer plato exquisito.

De la alcachofa, voy a utilizar los corazones y estos van a confitarse en aceite de oliva virgen extra. Soy muy aficionada a preparar así las alcachofas , quedan extraordinariamente bien. El aceite después lo reutilizo en otras recetas, y como lleva romero y ajo nos potenciará el sabor de otros guisos, principalmente un arroz, una fideua e incluso cualquier receta de carne o pescado.

Ya sin más dilación os pongo ingredientes y preparación . Calcular 1 alcachofa por persona para hacer esta receta y tener en cuenta que crema sólo voy a preparar como base del plato, de ahí las cantidades.

INGREDIENTES : 5 personas

- 5 alcachofas
- una ramita de romero fresco
- un ajo.
- aceite de oliva virgen extra, para cubrir las alcachofas .
- 100 gr de setas.
- 1 paquete de mousse de oca.
- 1 cebolleta.
- una cucharada de harina.

- un chorrito de brandy.
- 200 ml de creme fraiche.
- 300 ml de caldo de ave.
- sal, pimienta blanca y nuez moscada.

PREPARACIÓN :

Paso 1:

Limpiar las alcachofas , dejando solamente los corazones. Así que deshecha las hojas duras y corta el tallo, dejando solamente un poquito .

Introducimos en un bol con agua y limón para que no se oxiden .



Alcachofas confitadas

Paso 2:

Llena una cazuela con aceite de oliva , pero hay que elegir una que sea baja y no excesivamente grande. Sólo que quepan bien y así utilizaremos menos aceite.

El aceite tiene que estar caliente , pero no llegar a hervir ni hacer burbujitas. Los que tengáis termómetro de cocina, lo ideal es mantenerlas a 75 grados , durante 50 minutos. Para comprobar que están ya listas , pinchar con un palillo. Yo las hago en inducción a temperatura 3/4 sobre 9 .



Alcachofas confitadas con aceite de oliva virgen extra

Paso 3:

Dejamos escurrir las alcachofas boca abajo en un colador y vamos a preparar la crema.

Cortar en brunoise la cebolleta , y ponerla a pochar en una sartén con el aceite de las alcachofas que nos ha sobrado . Cuando esté transparente, saltear las setas, ponemos la harina, remover y el brandy hasta que se evapore. Añadir el caldo de ave y cuando empieza a hervir la mousse de oca y dejar reducir unos 15 minutos. Después trituramos y ya cuando este a nuestro gusto, añadimos la creme fraiche , sal , pimenta blanca recién molida y nuez moscada . Otros 5 minutos más o hasta obtener una textura deseada y a servir.



Crema de setas y mousse de oca

Paso 4:

Una vez lista la crema, poner en la base del plato hondo, trocear las alcachofas y servir.

Una estupenda idea es añadir un huevo a baja temperatura . Y espolvoreamos con nuez moscada.



Alcachofas confitadas con mousse de oca

También participan en este Juego de blogueros 2.0 , los siguientes blogs. Os recomiendo visitarlos

María José: <https://aquisecuecejugando.blogspot.com.es/>

Elvira: <https://www.asisecomeengranada.com/>

Carabiru: <http://birulicioso.wordpress.com>

Fe: <http://www.codigosecreto280.com/>

Mónica: <http://dulcedelimon.com>

Eva: <http://dulcesfelicidades.blogspot.com.es/>

Inma: <http://entre3fogones.com/>

Eva: <https://pekandoconeval3.com/>

Maribel: <https://picoteandoideas.com/>

Maryjose: <http://tapitasypostres.blogspot.com.es/>

Arantxa: <https://unabrujaenlacocina.com/>

Sara: <https://unaitalianaenlacocina.es/>