

**Libreta:** Verduras  
**Creado:** 26/03/2018 21:33  
**URLOrigen:** <http://www.tranbel.com/acelgas-con-anchoas.html>

---

## Acelgas con anchoas

### INGREDIENTES

Acelgas 1 kilo  
Ajo 1 cabeza sin pelar  
Cebolleta picada fina 1  
Filetes de anchoa en lata 12  
Aceite de oliva  
Agua y sal

### PREPARACIÓN

Corta las acelgas en trozos de unos 3 centímetros aproximadamente y cuécelas en agua con sal junto con la cabeza de ajo, sin pelar. Una vez cocido, escurre las acelgas y reserva. Pela la cabeza de ajo y haz puré con ella.

En una sartén con aceite, pocha la cebolleta picada. Cuando esté dorada, agrega el puré de ajo. Rehoga y añade las anchoas picadas, removiendo hasta incorporar las acelgas. Calienta bien, prueba de sal y sirve.