

Libreta: Carnes
Creado: 24/03/2018 22:18
URLOrigen: <http://www.tranbel.com/cordero-con-alcachofas.html>

Cordero con alcachofas

INGREDIENTES

1 Kg. de cordero (paletilla en trozos de 3 cm.)
1 cebolla picada
2 dientes de ajo (muy picados)
8 hebras de azafrán
1 Dl. de aceite de oliva
Pimienta negra en grano molida a su gusto
2 cucharadas de mantequilla
Sal a su gusto
5 tomates maduros pelados y sin pepitas
8 alcachofas pequeñas
1 taza de arroz
1 cucharadas de perejil picado

PREPARACIÓN

Preparar el cordero, quitarle la grasa y los nervios y ponerlo en una cacerola grande.

Añadir la cebolla, el ajo y el azafrán, ½ cucharadita de pimienta negra, la sal, el aceite de oliva, los tomates y la mantequilla. Mezclar bien.

Añadir agua hasta que cubra los ingredientes. Llevar a ebullición, reducir el fuego y tapar.

Cocer a fuego lento durante una hora y media hasta que la carne esté casi tierna, moviendo de vez en cuando. Mientras tanto, en un cuenco grande, mezclar el zumo de limón con cuatro vasos de agua.

Limpiar las alcachofas y quitarles las hojas duras y la parte fibrosa, echándolas en el agua con el zumo de limón.

Preparar el arroz cuando el cordero esté casi tierno. Cuando esté echo reservar al calor.

Ecurrir las alcachofas y cocerlas encima de la carne durante 20 o 30 minutos hasta que estén tiernas.

Disponer el arroz en una fuente grande y encima la carne y las alcachofas.

Reducir el caldo de cocción de la carne a fuego vivo. Verter esta salsa sobre el cordero y las alcachofas.

Espolvorear con perejil y servir