

# Alcachofas asadas con avellana y alioli de miel

COOKING  
LOVERS TRIA

## Raciones para 2

3  
Alcachofas frescas  
50 g  
Avellanas  
50 g  
Cebolla caramelizada  
75 g  
Mayonesa  
  
Miel

- 1 Primero pon a hervir durante 10min las alcachofas frescas en una olla con agua a fuego medio.
- 2 Cuando estén hervidas, déjalas enfriar. Una vez estén frías, pártelas por la mitad y corta las puntas para aprovechar solo el corazón de las alcachofas. Prepara una bandeja para horno con papel antiadherente y colócalas ligeramente separadas mirando hacia arriba, ya que es el centro de la alcachofa lo que vamos a rellenar.
- 3 Para el relleno de nuestras alcachofas, machaca en un mortero 50gr de avellanas y 50gr de cebolla caramelizada. Por otro lado, mezcla 75gr de mayonesa con un chorrito de miel para preparar la salsa. Rellena cada alcachofa con una cucharada de avellanas y cebolla y extiende por encima un chorrito de mayonesa con miel.
- 4 Calienta el horno a 230° y gratina las alcachofas durante 10 minutos hasta que queden doraditas por fuera.
- 5 Coloca las alcachofas gratinadas en una fuente navideña y decora tu mesa con este delicioso aperitivo.

# Notas del Chef

---

---

---

---

<https://cookinglovers.teka.com/es/receta/alcachofas-asadas-con-avellana-y-alioli-de-miel/>

