

RECETAS CON **ALCACHOFAS** DE LA VEGA BAJA EN CONSERVA



www.alcachofavegabaja.com



JOYA DE LA HUERTA



EL SABOR DE LA HUERTA



La elaboración de las conservas se lleva a cabo en plena temporada de la alcachofa



con alcachofas frescas de primera calidad que conservan todas las propiedades saludables



UNA A UNA

El trabajo de las familias de la huerta es fundamental en este cultivo porque se plantan de forma manual, se recogen una a una y se envasan una a una.



La Vega Baja es la segunda zona productora más importante de España y los principales exportadores del país.



La comarca tiene una industria conservera de referencia que cuenta con una gran tradición y destaca por la calidad del producto.

INGREDIENTES:



- 1 bote de alcachofas de la Vega Baja en conserva.
- Canónigos.
- Cebolla tierna.
- Maíz dulce.
- Queso feta.
- Tomate seco en aceite.
- Aceitunas negras.

PARA LAS MOLLITAS:

- Harina.
- Aceite.
- Sal.

PARA EL ALIÑO:

- Aceite Virgen Extra.
- Vinagre de módena.
- Sal.



Escurrir bien las alcachofas en conserva.

Trocear la cebolla tierna y reservar.

En un cuenco, mezclar las aceitunas, la cebolla, el maíz dulce, los trozos de queso feta, los canónigos y añadir las alcachofas de la Vega Baja en conserva y el tomate seco troceado. Aderezar con aceite, vinagre y sal.

PARA EL TOQUE ESPECIAL:

Hacer unas mollitas mezclando en un cuenco dos o tres cucharadas soperas de harina, con un poco de sal al gusto y un chorrito de AOVE hasta conseguir que la harina se impregne bien y formen las tradicionales mollitas.

ENSALADA MEDITERRÁNEA

con alcachofas de la Vega Baja en conserva



SNACK & **CHOFA**

Si quieres sorprender a tus invitados, conquistarles con un aperitivo diferente, lleno de sabor y, además, muy sencillo de preparar... aquí tienes la solución.

Con este bocadito de alcachofas de la Vega Baja en conserva y jamón serrano salteado lo vas a bordar. Prepararlo es muy fácil: pones por persona una loncha de jamón serrano en una sartén, le das vuelta y vuelta. A continuación, coges un corazón entero de alcachofa en conserva y lo rodeas con la loncha de jamón.



SNACK &
CHOFA

**BOCADITO DE ALCACHOFA EN CONSERVA
CON JAMÓN SALTEADO**

INGREDIENTES:



- 1 Lata de alcachofas de la Vega Baja en conserva.
- 1 Lata de atún al natural.
- 1 Huevo cocido.
- 1/2 Manzana golden.
- Zumo de medio limón para rociar la manzana.
- 2 Cucharadas de mahonesa (al gusto).
- Huevas de salmón para decorar.



Ecurrir bien las alcachofas en conserva.

Pelar la media manzana y cortar láminas para hacer cuadraditos. Rociar con el zumo de medio limón. Cortar el huevo cocido.

Mezclar en un cuenco todos los ingredientes: el atún, el huevo cocido y la manzana.

Trocear las alcachofas y añadir a la mezcla anterior.

Incorporar la mahonesa al gusto y terminar el plato con huevas de salmón por encima de la ensaladilla.

ENSALADILLA

con alcachofas de la Vega Baja en conserva



SNACK & **CHOFA**

Si hay algo que combinan a la perfección son las anchoas y las alcachofas de la Vega Baja en conserva. Un aperitivo clásico, fácil y lleno de sabor.

Para poder disfrutar de este singular bocado lo único que tenemos que hacer es poner aceite sobre el pan tostado o de pipas, añadimos las alcachofas de la Vega Baja en conserva y coronamos con un filete de anchoa.

SNACK &
CHOFA

TOSTA DE ALCACHOFA EN CONSERVA CON ANCHOA

de la Vega Baja del Segura



INGREDIENTES:



- 1 Lata de alcachofas de la Vega Baja en conserva.
 - 250 Gramos de garbanzos cocidos.
 - 2 Cucharadas de Tahini.
 - 1 Ajo.
 - 100 Ml. de agua.
 - Sal marina.
 - AOVE.
- 1 Nuez para decorar.

PARA DIPEAR:

- Pan de pita.
- Palitos de zanahoria.
- Palitos de pepino.
- Endivias.



Ecurrir bien las alcachofas en conserva.

En un procesador/vaso batidor añadimos: los garbanzos junto a las alcachofas, el ajo troceado (quitándole el germen), las cucharadas de tahini, sal al gusto y el agua. Con todo ello, trituramos hasta conseguir una pasta cremosa y homogénea.

Servir en un cuenco y echar por encima un chorro de aceite.

Decorar con las nueces pecanas.

Servir con pan de pita y verduras cortadas (palitos de zanahoria, de pepino, endivias... al gusto).

HUMMUS

con alcachofas de la Vega Baja en conserva



SNACK & **CHOFA**

Es una combinación perfecta.

Solo tienes que poner sobre la base un cuarto o media patata cocida (según tamaño), cortas la base del corazón de alcachofa (para que se quede de pie con facilidad y quede más bonita) y lo coronas todo con el bacalao ahumado y una nuez que le da un toque sofisticado y un matiz crujiente que te sorprenderá en boca.



SNACK &
CHOFA

**BOCADITO DE ALCACHOFA EN CONSERVA
CON PATATA Y BACALAO**

INGREDIENTES:



- 1 Lata de alcachofas de la Vega Baja en conserva.
- 8/10 Patatas de guarnición cocidas.
- 2 Cucharadas de maíz dulce.
- 6 Tiras de pimientos rojos asados.
- 120 Gramos de bacon troceado.
- 30 gramos de piñones.
- Sal marina.
- AOVE.
- Vinagre de módena.



Ecurrir bien las alcachofas en conserva y trocearlas.
Partir las patatas y la cebolla tierna. Reservar todo.

En un cuenco, mezclar las patatas junto a la cebolla, el pimiento asado y añadir las alcachofas a trozos.

Aliñamos con una pizca de sal, vinagre de módena y aceite virgen extra (AOVE).

En una sartén saltear el bacon, posteriormente los piñones y añadir a la ensalada en el momento de servir.

ENSALADA TEMPLADA

con alcachofas de la Vega Baja en conserva



SNACK & **CHOFA**

Otro aperitivo fácil, delicioso y que además luce mucho sobre la mesa.

Para hacer realidad esta brocheta solo necesitas cortar por la mitad un tomate cherry, lo cortas un poco para hacer una base, pones sobre el tomate un corazón de alcachofa en conserva y con el palo de la brocheta unes los dos ingredientes.

Añades la otra mitad del tomate cherry, una rodaja de queso de cabra y coronas con una nuez.



SNACK &
CHOFA

**BROCHETA DE ALCACHOFA EN CONSERVA
CON TOMATE CHERRY Y QUESO DE CABRA**

INGREDIENTES:



- 1 Lata de alcachofas de la Vega Baja en conserva.
 - 2 Tacos de Salmón.
 - 3 Langostinos cocidos.
 - 1 Pepino.
 - 1 Aguacate.
 - 1 Zanahoria.
 - Alga nori.
 - Soja
- PARA EL ARROZ:**
- 500 Gramos de arroz para sushi.
 - 500 ML. de Agua.
 - 50 ML. de Vinagre de arroz.



Elaboración:

Ecurrir bien las alcachofas en conserva y trocearlas.

Rellenar el alga nori con una capa fina de arroz y rellenar con los ingredientes elegidos. Por ejemplo, se puede hacer uno con las alcachofas, zanahoria, pepino y aguacate. Otro con la alcachofas, un trozo de zanahoria, dos tacos de salmón y aguacate y otra opción sería con alcachofas, los langostinos y aguacate.

Una vez elegidos los ingredientes y dispuestos sobre el arroz y el alga nori lo que debemos de hacer es presionar y enrollar cerrando el alga y cortar porciones de 2 cm de grosor.

Presentar con un pequeño cuenco con salsa de soja.

PARA EL ARROZ:

Enjuagar el arroz un par de veces con agua fría bajo el grifo y dejarlo en remojo 5 minutos.

Ecurrir el arroz y poner en una olla de fondo grueso. Añadir el arroz y el agua sobre fuego moderado. Al romper el hervor darle vuelta con una cuchara de palo y contar 3 minutos con la olla destapada. Tapar la olla y bajar el fuego al mínimo. Cocinar 7 minutos sin abrir. Apagar el fuego y dejarlo sin abrir 10 minutos. Poner la olla sobre un paño húmedo para que no se pegue el arroz al fondo y verter el vinagre de arroz.



SUSHI

con alcachofas de la Vega Baja en conserva

MIRA LA ETIQUETA

Cuando compras alcachofas en conserva elaboradas en la Vega Baja te estás asegurando de que es un producto de garantía que ha superado rigurosos controles de calidad y seguridad.

CONFIANZA
CERCANÍA
CALIDAD

También es una forma de **apoyar a los productores de la huerta** y a las miles de familias que hay detrás de este cultivo.

Además, tu respaldo es más importante, aún, porque la Vega Baja fue una **zona muy castigada por la DANA** y al consumir los productos de su huerta contribuyes a paliar los daños sufridos.



EMPRESAS CONSERVERAS:



Manuel Mateo Candela, S.L.



EMPRESAS ASOCIADAS:



MUNICIPIOS INTEGRADOS EN LA MARCA ALCACHOFA VEGA BAJA

- ALMORADÍ
- CALLOSA DE SEGURA
- COX
- ORIHUELA
- ROJALES
- BENEJÚZAR
- CATRAL
- DOLORES
- RAFAL
- SAN FULGENCIO



www.alcachofavegabaja.com



JOYA DE LA HUERTA

RECETAS ELABORADAS POR:
GEMMA RODRÍGUEZ
COOKIES PARA TODOS



 **Gastronomía**
Costa Blanca™
ALICANTE • SPAIN

 **Costa Blanca**
ALICANTE • SPAIN


alcachofa
de españa
Con todo el corazón