



<https://www.mepillasquisando.com>



## ANCHOAS DEL CANTÁBRICO CON ALCACHOFAS FINAS



ANCHOAS Y ALCACHOFAS CASERAS

### INGREDIENTES:

2 Kg. De Anchoa o Boquerón.  
Sal.  
12 Alcachofas.  
2 Limones.  
Agua.

### ELABORACIÓN:

#### ANCHOAS:

Salamos y metemos en salmuera al menos 24 horas. Las descabezamos, evisceramos y recortamos las espinas del buche. Ponemos un recipiente con sal y una capa de anchoas, cubrimos de sal y otra capa de anchoas y otra capa de sal. Así hasta cubrir el recipiente. Tapamos y ponemos un peso encima (yo pongo tetrabrik de leche), esto hace que se desangren mejor. Así las tendremos tres meses en el fondo del frigorífico o en un sitio fresco. Pasado este tiempo, las lavamos bien y quitamos la piel con un estropajo y desraspamos. Secamos bien y conservamos en aceite.

#### ALCACHOFAS:

Limpiamos las alcachofas, las escaldamos 15 minutos en agua con zumo de ½ limón por litro de agua. Las pasamos a agua fría con el zumo de 2 limones. Cuando estén frías las escurrimos y quitamos las hojas duras y la parte superior más oscura. Las envasamos en tarros de cristal esterilizado encajándolas pero sin apretarlas. Preparamos una salmuera, 1 litro de agua con tres cucharaditas de sal. Calentamos y vertemos en los tarros con las alcachofas. Tapamos y ponemos al baño maría. Si lo deseamos podemos aliñarlas con hierbas antes de envasarlas.

<https://www.mepillasquisando.com>