

Nombre: Luz Esperanza Samamé Silva

ARROZ CON ALCACHOFAS

INGREDIENTES

4 tazas de arroz cocido
1/2 taza de cebolla finamente picada
150 grs. de mantequilla
15-20 corazones de alcachofa, dependiendo del tamaño.
1 taza de queso rallado
1 1/2 tazas de crema de leche
Finas hierbas al gusto (perejil, cilantro, albahaca, cebollino, tomillo, romero)
Sal, pimienta, nuez moscada.
3 huevos cocidos picados.

ELABORACIÓN

1. Cocinar los corazones de alcachofa en agua con unas gotas de limón.
2. Escurrirlas, cortarlas en daditos pequeños y reservar.
3. En una sartén derretir mantequilla y agregarles las finas hierbas, escogiendo la combinación de nuestra preferencia.
4. Agregar la cebolla hasta que esté transparente.
5. Luego incorporar los corazones de alcachofa picados.
6. Sazonar con sal, pimienta y nuez moscada al gusto.
7. Agregar la crema de leche y el queso.
8. Cuando estén bien unidos los anteriores ingredientes agregar el arroz cocido, mezclar y asegurarse que la preparación quede bastante jugosa, si es necesario agregar el agua de la cocción de la alcachofa.
9. Finalmente, al servir, espolvorear algo más de queso y perejil o cilantro picado y los huevos cocidos picados.

RELACIÓN CON LECTURAS

Revisando las Odas Elementales de Pablo Neruda, fueron pasando por mi mente diversas recetas que solía comer en casa de mis padres en un país latinoamericano y que tenía ya algo olvidadas. Cuando leí la *Oda a la alcachofa* recordé las inmensas alcachofas que mis hermanos y yo disfrutábamos junto a una deliciosa y sencilla vinagreta, las grandes y carnosas escamas que una por una íbamos mojando en la salsa y deslizando por nuestros dientes hasta llegar al corazón.

“Así termina
en paz
esta carrera
del vegetal armado
que se llama alcachofa,
luego
escama por escama
desvestimos
la delicia
y comemos
la pacífica pasta
de su corazón verde.”

Y buscando en mi mente algún plato con este “vegetal de tierno corazón” decidí compartir esta fácil receta de arroz con alcachofas que en algunas ocasiones he preparado, espero que les guste.