



OLLA BAJA PRESIÓN – COCCIÓN EN CALDO



INGREDIENTES

3 und	Alcachofa
1 und	Rama de romero
1 und	Rama de tomillo
1 und	Hoja de laurel
1000 mL	Caldo de Jamón



UTENSILIOS

Gastrovac (x1)
Cazo (x2)

PREPARACIÓN DE LAS ALCACHOFAS CON CALDO

1. Limpiar las alcachofas y tornearlas. Manteniéndolas en agua con limón.
2. Introducir el caldo de cerdo en la gastrovac y colocar las alcachofas en el cestillo.
 3. Calentar el caldo hasta los 80°C.
 4. Accionar el vacío.
5. Una vez alcance la temperatura y presión deseada, bajar el cestillo.
 6. Cocinar en el caldo durante 45 minutos.
7. Abrir la válvula del vacío y posteriormente la máquina.
 8. Retirar las verduras sobre papel secante.

CONSERVACIÓN

1. Reservar.
2. Para su servicio calentar en horno napando con la salsa de cerdo.