

 **BASF**
We create chemistry

 **nunhems**[®]

La alcachofa en el mundo

Tipologías y recetas





Nuestra historia

Lo que en 1916 empezó como un pequeño negocio familiar en el pueblo holandés de Nunhem, se ha convertido hoy en una de las empresas de semillas líderes del mundo.

Desde 1984, estamos presentes en España, donde centramos nuestra actividad en las principales zonas hortícolas de Almería y Murcia. En ambos casos, contamos con estaciones experimentales donde llevamos a cabo nuestros programas de mejora.

Recientemente, en 2018 hemos pasado a formar parte de BASF.

Nuestro propósito

Abastecer al mundo con variedades sanas, sabrosas y producidas de manera sostenible es un gran reto hoy en día. El consumidor demanda cada vez más alimentos frescos y de calidad, de diferentes tamaños, nutritivos y con más sabor. Por ello, podemos afirmar que nuestra labor contribuye al bienestar y a la salud de los consumidores y mejoramos su calidad de vida.



Calico

Consumida principalmente en **Francia**, tanto en el sur como en el norte. Utilizan grandes calibres, tanto para hacerla al horno, rellenarla de otros productos, o usar sus fondos como base de otras recetas.



La alcachofa en el mundo

Tipologías de alcachofa



Nunhems, BASF Vegetable Seeds
Variedades para los más exigentes

Blanca

Principalmente consumida en **España**. Tanto fresca, como procesada en conserva o congelado, es usada en múltiples recetas en función de la región.



Romanesco

Producto considerado Premium, consumido principalmente en el **Norte de Italia**. Muy apreciada por el consumidor a la brasa, en platos típicos de las regiones de Italia, y en diferentes recetas en las que se aprovecha el tronco de la alcachofa (gambo).



Violeta

Principal alcachofa consumida en Italia, en el **Norte de África y países de Oriente medio**. Reconocida por su calidad y versatilidad en usos y recetas, la podemos encontrar en multitud de recetas. Tiene una gran presencia en la cultura gastronómica del **sur de Italia**.



Globosa

Alcachofa consumida tradicionalmente en **EEUU**. Utilizada en diferentes tamaños en función de las recetas locales debido a su versatilidad y propiedades nutricionales; los calibres grandes para horno y parrilla, y los medianos y pequeños para diversas recetas de la zona.



Alcachofas a la parrilla con Salsa Verde

México

La alcachofa en el mundo Recetario

Ingredientes

- 4 alcachofas grandes (sobre 1,5 kg.)
- 2 limones grandes cortados por la mitad y 2 cucharadas soperas de zumo de limón fresco
- 1/2 taza de perejil fresco de hoja plana ligeramente compactada
- 15 cebollinos frescos (alrededor de 15 cm de largo)
- 2 cucharadas soperas de hojas frescas de orégano
- 4 anchoas en aceite, secadas y picadas
- 2 dientes de ajo medianos, picados
- 1/2 cucharada pequeña de pimentón dulce
- 1/4 de cucharada pequeña de hojuelas de pimienta roja trituradas
- 1/2 taza de aceite de oliva virgen extra
- 2 cucharadas soperas de vinagre de vino tinto
- Sal Kosher y pimienta negra recién molida
- Aceite de colza para la parrilla

Tiempo de cocción

85 minutos



Elaboración

1. Quita las hojas exteriores verde oscuro de una de las alcachofas hasta que solo queden las hojas interiores pálidas y tiernas. Corta el tercio superior de la alcachofa y todo el tallo excepto 1 cm y medio. Con un cuchillo de cocina, pela la dura capa exterior del tallo y quita la base de las hojas de alrededor. Haz lo mismo con el resto de las alcachofas.
2. Exprime las mitades de limón en un gran tazón con agua fría y sumerge las alcachofas durante unos 10 minutos para que suelten la arena o el polvo. Escurre y aclara las alcachofas con agua fría para eliminar cualquier resto de arena.
3. Pon 2,5 cm de agua en una olla lo suficientemente ancha para que todas las alcachofas estén en una sola capa. Pon una rejilla para el vapor en la olla; debe reposar justo encima del agua, sin tocarla. Pon el agua a hervir a fuego medio.
4. Coloca las alcachofas en la rejilla con el tallo hacia arriba. Cubre la olla y ajusta el fuego para que el agua hierva a fuego lento y las alcachofas se cocinen al vapor de forma constante. Cocínalas hasta que un cuchillo atraviese fácilmente las bases, entre 30 y 45 minutos, dependiendo del tamaño. (Revisa de vez en cuando para asegurarte de que no rebosa el agua.) Escúrrelas sobre papel de cocina con el tallo hacia arriba hasta que se enfríen completamente.
5. Mientras tanto, añade el perejil, el cebollino y el orégano a un robot de cocina y tritura todo hasta que esté bien picado. Añade las anchoas, el ajo, el pimentón y la pimienta roja triturada y tritura todo hasta que se mezcle. Con el robot en marcha, añade el aceite, el vinagre y el jugo de limón. Sazona al gusto con sal y pimienta. Deja que la salsa verde repose por lo menos 30 minutos para que los sabores se mezclen.
6. Corta las alcachofas por la mitad longitudinalmente. Con los dedos, quita las hojas centrales moradas y con una cuchara pequeña, saca la parte similar a unos pelitos. Cortar por la mitad longitudinalmente de nuevo.
7. Calienta una parrilla de gas o carbón a temperatura media (170 °C a 200 °C). Pon un trozo grande de papel de aluminio directamente en la parrilla y úntalo con aceite.
8. Unta las alcachofas por todos lados con la salsa verde. Cocina hasta que se formen marcas en la parrilla y las alcachofas se calienten por completo, alrededor de 5 minutos. Sirve inmediatamente con el resto de la salsa verde.



Alcachofas con aceite de oliva

Turquía

Ingredientes

- 4 corazones de alcachofa,
- 1 cebolla,
- 1 limón,
- 200 gr. de verduras mixtas congeladas,
- 4-5 cucharadas soperas de aceite de oliva,
- 4 tazas de agua,
- 2 cucharadas pequeñas de azúcar,
- 2 cucharadas pequeñas de sal,
- 2 cucharadas pequeñas de harina,
- Eneldo picado.

Tiempo de cocción

40 minutos

Elaboración

1. Exprime el limón y añade el zumo en el agua en un gran tazón, luego sumerge los corazones de alcachofa en el agua.
2. Mezcla la harina, la sal y el azúcar en una fuente pequeña junto con una taza de la mezcla de agua y limón.
3. Pica bien la cebolla.
4. Saltea en una olla grande con aceite de oliva hasta que se poche.
5. Añade la mezcla de harina y agua y remueve.
6. Pon la alcachofa en la olla.
7. Finalmente agrega el resto del agua.
8. Cocina a fuego lento hasta que la alcachofa se ablande.
9. Llena los corazones de alcachofa con mezcla de verduras congeladas.
10. Pon una cuchara de madera sobre el agua de cocción.
11. Pon la tapa y cocina durante 5 minutos, luego retira del fuego.
12. Deja que repose (con la tapa puesta) hasta que se enfríe completamente.
13. Sirve con eneldo picado.



Tallarines con cordero y salsa de alcachofas

Italia

Ingredientes

- 400 gr de harina
- 4 huevos
- 4 alcachofas
- 1 limón
- 1 chalota
- 1 cebolla
- 1 zanahoria
- 1 vaso de vino blanco
- Sal y pimienta al gusto
- 400 gr de carne de cordero
- 1 tallo de apio

Tiempo de cocción

90 minutos

Elaboración

1. Pon la harina en un bol, añade los huevos y deja reposar durante 15 minutos.
2. Con la masa de los tallarines forma una bola, envuélvela en film transparente y déjala reposar en la nevera durante una hora. Pon un poco de aceite en una olla a calentar. Limpia una zanahoria, un tallo de apio y una cebolla, pícalos y ponlos a dorar en la olla.
3. Añade la carne de cordero picada con el vino y deja que reduzca.
4. Cuece la salsa de carne durante 30 minutos a fuego lento para evitar que la carne se endurezca y, si es necesario, añade un poco de caldo caliente, sal y pimienta.
5. Limpia las alcachofas quitando el tallo, las hojas y las puntas más duras, córtalas por la mitad y quita la parte similar a unos pelitos, luego ponlas en agua y limón.
6. En una sartén, fríe el chalote en aceite, añade las alcachofas cortadas en gajos y cuece durante 10 minutos. Corrige sabor con sal y pimienta.
7. Coge la masa, estírala con un rodillo y déjala secar durante 15-20 minutos.
8. Enrolla la masa y con la ayuda de un cuchillo corta los tallarines con un grosor de 1 cm. Cuécelos en abundante agua hirviendo, escúrrelos cuando aún estén al dente y ponlos en la sartén con el cordero.
9. Fríelos durante un momento y luego añade las alcachofas.
10. Sirve los tallarines bien calientes.



Alcachofas, royal y langostinos con trufas

España

Ingredientes

- 2 kg de alcachofas
- 8 langostinos
- 1 dl de demi-glacé de ave
- Aceite de oliva, sal
- 1 hoja de gelatina y agar-agar
- 1 trufa melanosporum

Tiempo de cocción

40 minutos

Elaboración

1. Limpia y cuece las alcachofas a la manera tradicional.
2. Reserva 2-3 alcachofas para hacer la royal. Para ello, tritúralas en la termomix® con un poquito del caldo de cocción, un chorrito de aceite de oliva y las gelatinas.
3. Vierte este puré en un recipiente apropiado y deja cuajar al frío.
4. Pela los langostinos, ábrelos ligeramente por la mitad y márcalos en un sartén o hazlos a la plancha.
5. Corta el resto de las alcachofas en dos mitades o en cuatro trozos, dependiendo de su tamaño. Saltea a fuego fuerte en una sartén con un poco de aceite. Rectifica de sazónamiento.

Presentación

1. Corta la royal cuajada en cuatro porciones y colócalas en el centro de un plato. Pon encima las alcachofas y los langostinos salteados, cubre ligeramente con la demi-glacé y añade unos granos de sal gorda.
2. Ralla la trufa sobre el plato o bien córtala en láminas y echa por encima. Decora con una ramita de perifollo.



Empanada de **alcachofa** con cebolla caramelizada y tomate

Perú

Ingredientes

PARA EL RELLENO:

- 8 alcachofas (alcachofas) platenses
- 4 cebollas rojas medianas
- 1 tomate grande o dos medianos
- 3 cucharadas soperas de azúcar orgánico
- Aceite de oliva al gusto
- Sal y pimienta
- Hojas de romero fresco
- Perejil para espolvorear
- 2 cucharadas pequeñas de sal marina
- 2 cucharadas pequeñas de tomillo recién cortado
- Una pizca de pimienta molida
- 1 huevo
- 8 cucharadas soperas de aceite de oliva
- 6 cucharadas soperas de agua fría
- Pela el mijo y muélelo hasta que se obtenga una harina fina

PARA LA MASA:

- 130 g de harina de garbanzos
- 100 g de harina de mijo
- 40 g de almidón de yuca
- 1 cucharada y media de levadura en polvo

Tiempo de cocción

100 minutos

Elaboración

PARA LA MASA:

1. Mezcla la harina de mijo, la harina de garbanzos, el almidón de yuca, el tomillo, la sal marina, la levadura y la pimienta.
2. Haz un agujero en el centro y añade el huevo, el aceite y el agua fría casi congelada.
3. Mezcla bien con las manos y amasa hasta obtener una masa blanda y homogénea.
4. Déjala reposar en la nevera por lo menos media hora.
5. Tras sacarla del frigorífico, amásala con un rodillo hasta que tenga un grosor aproximado de 1,5 cm.
6. Cubre el molde. Perfora la superficie con un tenedor y pon la masa en un horno a temperatura media durante unos 7-8 min.

PARA EL RELLENO:

1. Prepara una fuente con agua fría y zumo de limón y deja también las mitades de limón dentro.
2. Retira las hojas exteriores y duras de las alcachofas platenses. Corta el tallo hasta aprox. 2-3 cm de largo (esto también está muy rico). Pela la base de la flor y el resto del tallo. Corta las puntas de las hojas.
3. Corta la alcachofa en cuatro partes. Reserva en agua con limón.
4. Corta la cebolla y el tomate en gajos, quita las semillas y el caldo del tomate.
5. Escurre y seca las alcachofas en papel de cocina o en un trapo de cocina para eliminar el exceso de líquido.
6. Coloca las verduras en una bandeja de horno con aceite de oliva. Salpimenta las hojas de romero y rocía unas gotas de aceite de oliva. Cocina al horno a temperatura moderada por ambos lados durante 30-35 min, o hasta que las alcachofas estén tiernas al pincharlas con un tenedor.
7. Añade el azúcar orgánico a las cebollas durante los últimos 10 min de cocción.
8. Saca las verduras del horno y déjalas enfriar.
9. Colócalas sobre una base para tarta medio cocida, intercalándolas y presionando un poco sobre la base.
10. Añade un chorrito de aceite de oliva, algo más de pimienta y termina la cocción en el horno hasta que los ingredientes estén completamente integrados.
11. Saca del horno y termina el emplatado con perejil picado y un poco de aceite de oliva por encima al gusto.



Corazones de alcachofas asadas

Francia

Ingredientes

- 8 corazones de alcachofa congelados
- 2 patatas
- 100 gr de jamón cocido
- 50 gr de queso Emmental
- 2 cucharadas soperas de aceite de oliva
- Sal
- Pimienta

Tiempo de cocción

55 minutos

Elaboración

1. Cocina las bases de las alcachofas durante 15 minutos en agua con sal hirviendo. Escúrrelas.
2. Pela las patatas y cocínalas en agua con sal durante unos 25 minutos. Escúrrelas y aplástalas con un tenedor.
3. Precalienta el horno a 200 °C. Corta el jamón en cubos o dados y añádelos al puré de patatas con una cucharada de aceite. Sazona ligeramente con pimienta y mezcla.
4. Pon las bases de las alcachofas en una fuente de horno y esparce la mezcla de patatas sobre ellas. Espolvorea queso Emmental rallado, rocía el aceite restante y hornea durante unos 10 minutos, hasta que el queso comience a dorarse. Sirve caliente.





 **BASF**
We create chemistry

 **nunhems**[®]

www.nunhems.com