

Autor: Danilo Ange
Tiempo de cocción: 35 minutos



Ingredientes

Para 6 personas

12 alcachofas
Mejorana, 1 manojo pequeño
200 ml de nata
3 huevos
1 hoja de laurel
2 peras
2 g de azafrán
80 g de queso pecorino
100 g de apio en rama
Aceite de oliva extra virgen
Sal y pimienta

Preparación

Limpie las alcachofas y retire el «heno» (pelillos sedosos del corazón).

Llene el baño maría de **fusionchef** y precaliéntelo a 75 °C. Envase en una bolsa 6 alcachofas junto con la mejorana y cuézalas a 75 °C durante 20 minutos al baño maría Sous Vide. Saque las alcachofas de la bolsa, hágalas puré y páselas por un colador. Añada la nata y los huevos y rectifique de sal y pimienta. Ponga la masa en 6 moldes individuales untados con mantequilla y hornéela a 160 °C durante 30 minutos.

Corte 3 alcachofas en láminas y salpimiéntelas. Introdúzcalas en una bolsa con la hoja de laurel, cúbralas con aceite y envásela al vacío. Cuézalas al baño maría Sous Vide a 75 °C durante 15 minutos. Deje que se enfríen.

Llene el baño maría de **fusionchef** y precaliéntelo a 60 °C. Pele las peras y enváselas al vacío con el azafrán. Ponga la bolsa en el baño maría Sous Vide y cocínela a 60 °C durante 15 minutos. Deje que se enfríe.

Corte en juliana el resto de las alcachofas. Rectifique de sal, pimienta y aceite. Emplate los pequeños suflés. Coloque cuidadosamente las alcachofas cocinadas en aceite y las alcachofas crudas. Incorpore las rodajas de pera y decore con lascas de pecorino y apio en juliana.