

## Picantones rustidos con “nyàmeres”, salsafins y alcachofas:

### Ingredientes:

- 2 picantones
- 1 zanahoria
- 2 escalonias
- 1/2 puerro
- 1/2 cebolla
- 1L aprox. de caldo de ave
- 4 alcachofas
- 4/5 nyàmeres ( también llamado tupinambo o alcachofas de Jerusalén)
- 2 Salsafins (*tragopogon porrifolius* es una raíz similar al nabo, pero de sabor más fino)
- 1 copa de brandy o vino rancio
- 50g de piñones
- Un trocito de piel seca de naranja
- Aceite de oliva
- Romero y tomillo



### Preparación:

- En una cazuela dorar ligeramente los picantones cortados a cuartos y reservar
- A continuación en la misma cazuela, dorar lentamente el puerro, las escalonias, cebolla, zanahorias y finamente cortadas
- Cuando las hortalizas estén doradas, incorporar los picantones, agregar las hierbas aromáticas, la piel de naranja y el brandy. Dejad evaporar el alcohol, cubrir con el caldo y dejarlo cocer hasta que la carne esté tierna (aprox 1/2)
- Mientras tanto, en una sartén con un poco de aceite de oliva saltear los salsafins las nyàmeres (peladas y troceadas) y las alcachofas porcionadas en cuartos. Añadir también los piñones y cocinar todo en conjunto unos 5/10 minutos más
- Emplatad los picantones junto con las hortalizas y un poco del jugo de la cocción que habrá reducido