

# Tarta de alcauciles



**Dificultad:** □□□□□

Tiempo de preparación: 20min , Tiempo de cocción: 40min

Tiempo total: 1 hrs. 0min , Número de porciones: **8**

**0** Calorías , **0 g** Azúcares , **0 g** Grasas , **0 g** Proteínas

**Autor:** Maria

**Url:** <https://srecetas.es/tarta-de-alcauciles>

## Preparación

Cocinar los alcauciles-alcachofa. Una vez cocidos, sacarles todas sus hojas, rasparles la parte tierna con un cuchillo; retirar los corazones; y reservar. Poner las cebollas picadas a rehogar con un poco de aceite y agregar la pulpa de los alcauciles y sus corazones picados. Saltear, retirar del fuego e incorporar los huevos, la crema y el queso rallado. Revolver bien, salpimentar a gusto, volcar el relleno sobre la masa estirada en la tartera y cocinar por 35 a 40 minutos en horno fuerte.



## Ingredientes

- 3 kgrs. Alcachofa-Alcaucil
- 2 Cebollas
- 4 Huevos
- 200 cc. Crema de leche light
- 200 grs. Queso Parmesano light
- 1 poco Sal
- 1 poco Pimienta
- 1 Tapa para tarta

## Categorías

Un día normal, Reducida en calorías, Todo el año, Económico, Cereales, pastas y arroz, Lácteos y huevos, Vegetales, Comida para todos los días, Para/con niños, Familia, Chicas delgadas, Plato Principal