

PATÉ DE CARXOFES

<https://www.nutreatude.com/recetas-escritas/>

INGREDIENTS:

6 carxofes

3 grans d'all

1 culleradeta de farigola

Suc de 1/2 llimona

1 c.s de llevat nutricional

Sal marina

Julivert picat



ELABORACIÓ:

Netejam les carxofes i les amanim amb la llimona perquè no s'ennegreixin.

En una paella amb oli sofregim els alls picats.

Quan ja estiguin daurats afegim les carxofes sense les fulles més dures i tallades a rodanxes fines i remenam bé.

Cuinam fins que estiguin toves, apagam el foc i afegim la farigola. Quan estiguin ben cuites deixam que es refredin i trituram amb una mica més d'oli d'oliva i suc de llimona.

Servim amb pebre negre acabat de moldre.