Alcachofas al microondas

Ingredientes (para 1 ración)

2 alcachofas

Aceite de oliva virgen

Vinagre balsámico

Pimienta

Agua

Elaboración

1. Pelar las hojas exteriores de la alcachofa, repelar y cortar la parte del tallo y eliminar la parte superior de todas las hojas. Una vez limpias, partir cada alcachofa por la mitad.

2. En un recipiente apto para microondas, colocar las alcachofas y un chorrito de agua por encima.

3. Ponerlas en el microondas durante seis minutos a máxima potencia.

4. Elaborar una vinagreta mezclando una parte de vinagre por dos de aceite.

5. Servir las alcachofas calientes o templadas con la vinagreta y un poco de pimienta.