

Índice

Presentación	9
<i>Amparo Navarro Faure</i>	
Prólogo	11
<i>Óscar Velasco</i>	
La alcachofa, la flor más valorada de la Huerta en el Bajo Segura	13
<i>Julia Valoria Martínez y Gregorio Canales Martínez</i>	
Cultivo de la alcachofa en la Vega Baja del Segura	33
<i>Juana Dolores Jordá, Mar Celdrán y Antonio Sánchez</i>	
Composición química de la alcachofa y evidencias sobre sus efectos beneficiosos para la salud ..	45
<i>Cesare Altavilla y María Soledad Prats Moya</i>	
Introducción a la cocina de Moisés Martínez	57
<i>Javier Roca</i>	
Cómo trabajar la alcachofa	61
<i>Moisés Martínez Cano</i>	
Recetas	71
<i>Moisés Martínez Cano</i>	
Paté de alcachofas y foie	74
Paté de alcachofas y ajo negro	75

Paté de alcachofa y marisco	76
Paté de alcachofa y morcilla	77
Alcachofas, gambas y salsa de marisco	78
Crema de alcachofas con jugo de jamón de bellota, huevo y trufa	80
Croqueta de bacalao con alcachofa y mahonesa de ñora	82
Croqueta de alcachofa y carne ibérica con mahonesa de ajo negro	84
Croquetas de alcachofa, buey de mar, gamba roja y mahonesa de mejillón	86
Gazpacho de galete de atún rojo con alcachofas y ajos tiernos	88
Ensalada de alcachofa cruda con atún rojo macerado	90
Ensalada de alcachofas con salazones	92
Ensalada de alcachofas, yemas de tomate y atún de ijada	94
Alcachofas con pulpo	96
<i>Foie</i> de pato <i>micuit</i> relleno de alcachofas	98
<i>Foie</i> de pato asado con alcachofas y salsa de oporto	100
Muslitos y pechugas de codorniz en escabeche con alcachofas	102
Tallarines de sepia salteados con alcachofas y ajos tiernos con salsa de tinta	104
Bacalao confitado con pilpil de alcachofa	106
Arroz con pulpo, alcachofas y ajos tiernos	108
Crema de alcachofas y ajos tiernos con boquerones y habas tiernas	110
Raviolis de alcachofa y <i>foie</i> con crema de patata y trufa	112
Pastel de alcachofa con morcilla de cebolla	114
Crema de alcachofas con jugo de gamba y tallarines de calamar	116
Alcachofas confitadas con jamón ibérico y aliño de ajo negro	118
Alcachofas y cocochas con salsa de ajos tiernos	120
Corazones de alcachofa rellenos de frutos secos	122
Gazpacho de pava con alcachofas	124
Mini burger de cerdo ibérico y alcachofa con mahonesa de ajo negro y trufa	126
Los embutidos con alcachofa	128