

MARMELLATE E CONSERVE

Carciofini sott'olio

LUOGO: **Europa / Italia**

DOSI PER: **4 persone** DIFFICOLTÀ: **media** PREPARAZIONE: **40 min** COTTURA: **5 min** COSTO: **basso**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**

NOTE: *3 SETTIMANE DI RIPOSO*



Quando in primavera i **carciofi** arrivano **sul mercato** in modo prepotente e gli orti si riempiono di questi **meravigliosi boccioli di verdure** pieni di tante **buone proprietà**, siamo tutti alla ricerca di **ricette e astuzie** per conservarli a lungo. Uno dei modo che più ci piacciono e che ci permettono di **mangiare carciofi** anche fino all'inverno successivo, è la [conservazione sott'olio](#).

I **carciofini sott'olio** sono un prodotto industriale molto costoso, quindi riprodurlo in casa, con le opportune cautele, è **molto conveniente** oltre ad essere **divertente e appagante**.

Una volta fatta la tua **scorta in dispensa**, puoi utilizzare i **carciofini sott'olio** come semplice **contorno per carne, pesce o uova**, oppure in una bella **pizza** come può essere la [quattro stagioni](#) o la capricciosa (stessi ingredienti della 4 stagioni ma mescolati tra loro). Anche mescolati agli altri ingredienti in una bella insalata di riso o di pasta sono perfetti!

Segui la nostra ricetta con **video e passo passo fotografico** per ottenere dei carciofini sott'olio perfetti!

Se sei appassionato di **conserve fatte in casa** potrebbero interessarti anche queste ricette:

[Pomodori secchi sott'olio](#)

[peperoncini ripieni con crema di tonno](#)

[Giardiniera](#)

[Melanzane sott'olio](#)

[Zucchine sott'olio](#)

COSA TI SERVE PER CUCINARE I

CARCIOFINI SOTT'OLIO

CARCIOFI 2 kg

PER SBIANCHIRE

ACETO DI VINO BIANCO 1 l

VINO BIANCO 1 l

SALE 3 cucchiaini da tavola

PEPE NERO IN GRANI 1 cucchiaino da tavola

PER INVASARE

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

PREZZEMOLO facoltativo - 1 ciuffo

PEPE IN GRANI facoltativo -

SPICCHIO DI AGLIO facoltativo - 4

PEPERONCINO ROSSO PICCANTE facoltativo - 1

COME SI PREPARANO I CARCIOFINI SOTT'OLIO

- 1 In una pentola capiente, metti il vino e l'aceto, aggiungi il sale e il pepe, metti sul fornello e porta a bollore.





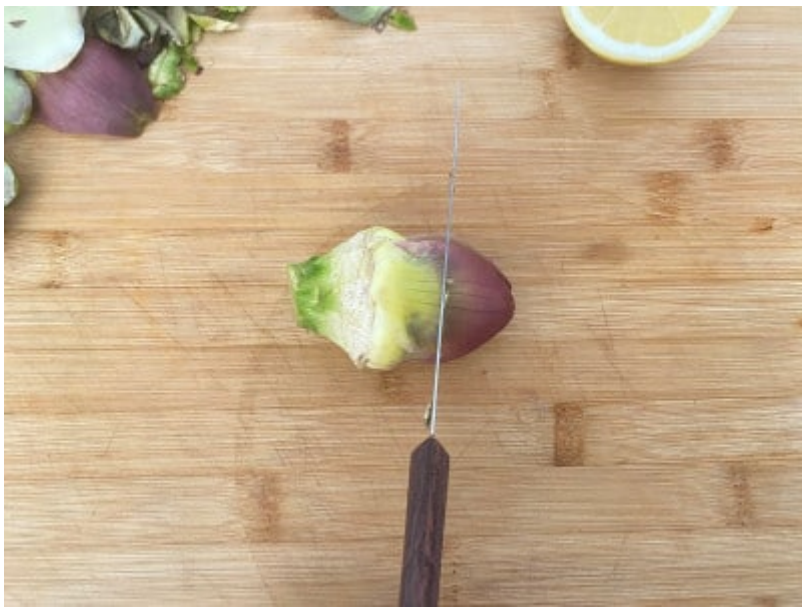
- 2 Nel frattempo che la soluzione di vino e aceto giunga a temperatura, pulisci i carciofi togliendo le foglie esterne più dure, procedi nell'eliminazione fino a raggiungere il cuore del carciofo.





3 Rifila ogni carciofo in cima: con un taglio netto togli le punte spinose. Pareggiali alla base togliendo il gambo, strofinali con il limone e, man mano che li pulisci, mettili in ammollo in acqua e limone.





4 Tuffa i carciofi in vino e aceto e lasciali cuocere per 5 minuti, poi scolali con un mestolo

forato e mettili a testa in giù su un canovaccio pulito, lasciali raffreddare così per almeno 3 ore.





- 5 Nel vasetto precedentemente sanificato secondo [le linee guida](#) del ministero della salute, metti una manciata di pepe nero in grani, lo spicchio d'aglio, il peperoncino e il prezzemolo.





6 Metti i carciofi nel vasetto sistemandoli stretti tra di loro, se necessario spingi con le dita per occupare più spazio possibile, questa operazione ti consentirà di usare meno olio e di evitare bolle di aria che manderebbero a male la preparazione. Aggiungi ancora peperoncino e prezzemolo.





7 Riempi il barattolo con olio extra vergine d'oliva avendo cura di coprire completamente i

carciofi, prima di chiudere i barattoli aspetta almeno un'ora perché l'olio insilandosi tra i petali dei carciofi potrebbe calare di livello, a quel punto rimboccane un po'.

Chiudi i barattoli e lascia riposare i carciofini sott'olio per almeno una settimana in un luogo fresco e asciutto prima di gustarli.



CONSERVAZIONE

I barattoli bel chiusi di carciofini sott'olio si mantengono fino a 12 mesi se tenuti in un luogo fresco e lontano dalla luce, una volta aperti, i carciofini vanno consumati nel giro di pochi giorni.

CONSIGLIO

Gli odori che abbiamo usato noi per questa ricetta sono solo indicativi, se vuoi puoi sostituirli o aggiungerne altri tipo l'alloro, l'origano o la salvia.