

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Carciofi all'abruzzese

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



PREPARAZIONE

- 1** Ripulire i carciofi e farcirli con un impasto bene amalgamato fatto con tonno sott'olio (150 g); capperetti sotto aceto (50 g); 4-5 filetti di acciughe disilicate tritati; uno spicchio d'aglio e un po' di prezzemolo tritato.
- 2** Si sistemano i carciofi in un tegame, si irroro un filo d'olio e metterli a cuocere per 1 ora in forno caldo; avere cura di tanto in tanto, di spruzzare un po' d'acqua sulle foglie per far sì che rimangano morbide.