

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Carciofi alla giudia

LUOGO: Europa / Italia

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



INGREDIENTI

Carciofi romani
limone
sale e pepe
olio extravergine d'oliva.

PREPARAZIONE

1 Tagliare il gambo ai carciofi, lasciandone qualche centimetro. Togliere le foglie esterne e, con un coltello affilato, tagliarli intorno per togliere tutti gli scarti, partendo dal basso verso l'alto.

Pulire il gambo e mettere i carciofi in una terrina con acqua e limone. Una volta pronti, scolarli e asciugarli e tenendoli per il gambo, batterli sul tavolo in modo da allargare le foglie. Salarli e peparli.

2 In una casseruola con abbondante olio d'oliva caldo, mettere i carciofi col gambo all'ingù

e cuocerli per una decina di minuti. Voltarli sottosopra e lasciarli cuocere per altri 10 minuti a fiamma vivace. Togliarli dall'olio, asciugarli sulla carta assorbente e servirli subito.