

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Carciofi alla romana

LUOGO: Europa / Italia / Lazio

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa COSTO: basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: media



INGREDIENTI

CARCIOFI ROMANI 8
SPICCHIO DI AGLIO 1
PREZZEMOLO 1 ciuffo
MENTUCCIA 1 ciuffo
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiari da tavola
SALE
PEPE NERO

PREPARAZIONE

1 Pulire bene i carciofi. Metterli in acqua acidulata e riempirli con un trito di aglio, mentuccia e prezzemolo. Salarli e peparli.

In un tegame di terracotta con i bordi alti, metteredue parti di olio e una di acqua, tanto da ricoprire i caricofi.

Farli cuocere a fuoco moderato finché risultino morbidi. Servire anche freddi come antipasto.