

SECONDI PIATTI

Carciofo con misto di carni

LUOGO: *Asia / Israele*

DOSI PER: *4 persone* DIFFICOLTÀ: *media* PREPARAZIONE: *15 min* COTTURA: *50 min* COSTO: *medio*

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *facile*



Charshofay natseret ovvero i carciofi con un misto di carni (ma in genere si usa il manzo). Ricetta di origine israelitica molto gustosa.

INGREDIENTI

CARCIOFI 4
FILETTO DI MANZO a fette - 450 gr
SPICCHIO DI AGLIO 2
PINOLI 60 gr
MIX DI SPEZIE PER CARNI
OLIO DI SEMI PER FRITTURA 4 cucchiaini
da tavola
SALE
PEPE NERO

PREPARAZIONE

1 Fate scaldare in una casseruola l'olio e fatevi rosolare due spicchi d'aglio e la carne.



2 Aggiungete, quindi, una tazza d'acqua tiepida e lasciate cuocere per mezz'ora.



3 Nel frattempo, rimuovete le foglie ed i cuori di carciofo lasciando il gambo.



4 Lavate bene i cuori e dividete ciascuno in quarti. Aggiungete i pezzi di carciofo alla carne, un'altra mezza tazza d'acqua tiepida e i pinoli.





5 Condite con sale, spezie per la griglia e pepe nero, coprite e lasciate bollire lentamente per 20 minuti mescolando di tanto in tanto durante la cottura.



6 Servite come piatto principale con un vino rosso secco.