

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Cardi alla provenzale

LUOGO: Europa / Francia

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



INGREDIENTI

- 1 grosso cardo
- 10 acciughe fresche
- 2 spicchio d'aglio
- 1 mazzetto di prezzemolo
- 4 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
- 1 cucchiaino di olio extravergine d'oliva
- 1 cucchiaino di farina di frumento
- 1 cucchiaino di panna
- ½ cucchiaino di burro
- il succo di 1 limone
- sale e pepe.

PREPARAZIONE

- 1 Dopo averlo mondato, tagliate il cardo in pezzi di 3-4 cm e lasciatelo a bagno per un paio d'ore in poca acqua acidulata con il succo del limone. Nel frattempo pulite le acciughe eliminando le teste, le code e le lisce, versate l'olio in una casseruola, unitevi le acciughe

e scaldate a calore moderato, mescolando con un cucchiaino di legno in modo da disfarle completamente.

Aggiungetevi anche l'aglio e il prezzemolo puliti e tritati, la farina, il burro, mescolate con cura, insaporite con pepe macinato di fresco e legate la salsa con la panna. Scolate infine i pezzi di cardo, uniteli alla salsa e fate cuocere il tutto per mezz'ora circa, mescolando di tanto in tanto e aggiustando di sale. Poi servite caldo.