

PRIMI PIATTI

Gnocchetti di carciofi con pancetta e carciofi

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media PREPARAZIONE: 25 min COTTURA: 15 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



Gli gnocchetti di carciofi con pancetta e carciofi, no, non è una ripetizione... Doppi carciofi, nell'impasto e nel sugo, per raddoppiare il gusto e la bontà di questo piatto! Buono? Pregherete che sia periodo di carciofi solo per il piacere di prepararli, ve lo assicuriamo! Un primo piatto importante di quelli da fare in occasioni speciali quando si vuole fare bella figura con i propri ospiti! Provate questa ricetta e se amate sentire il sapore di questo ortaggio all'interno dei primi piatti, vi invitiamo a provare anche la ricetta del [risotto](#) con carciofi e zafferano, veramente facile e saporito!

INGREDIENTI

CARCIOFI 1 kg
PATATE 1 kg
FARINA 300 gr
SCALOGNO 2
SPICCHIO DI AGLIO 1
PANCETTA (TESA) 100 gr
VINO BIANCO 100 ml
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiaini da tavola
SALE

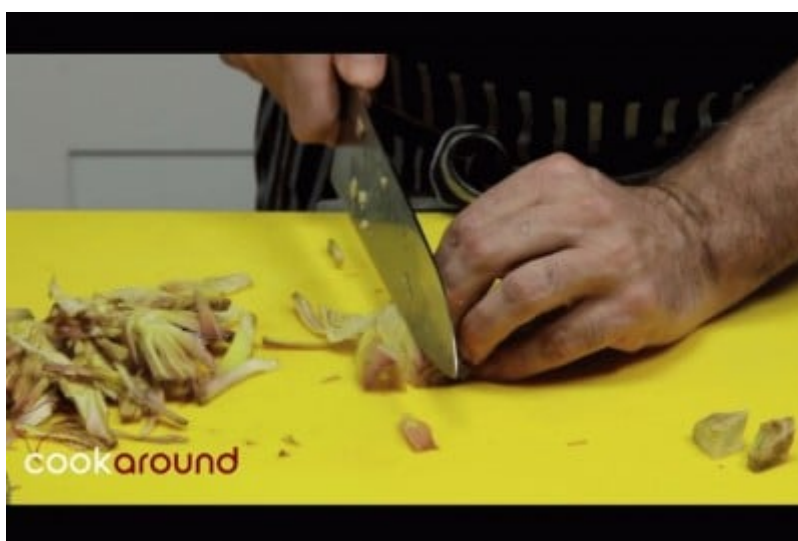
PREPARAZIONE

- 1 Per fare gli gnocchetti di carciofi con pancetta e carciofi, pulite tutti i carciofi rimuovendo le foglie esterne più dure, pulendo il gambo con un coltello affilato, tagliando le punte e aprendoli in quarti per rimuovere la barbetta interna.





2 Lessatene la metà e affettate l'altra metà.



3 Nel frattempo mettete a lessare anche le patate.

Scaldate un generoso giro d'olio in padella con due scalogni affettati finemente e con uno spicchio d'aglio schiacciato.

Tagliate la pancetta a listarelle ed unitela alla padella affinché possa rosolare a fiamma vivace.



- 4 Unite, quindi, i carciofi affettati e fateli saltare a fuoco vivace per qualche minuto.



- 5 Quando i carciofi risultano leggermente appassiti, sfumate il sugo con del vino bianco e lasciate che evapori.



6

A quel punto, abbassate il fuoco e lasciate cuocere il sugo.

Sbucciate le patate ormai cotte, passatele allo schiaccia patate facendole ricadere sulla spianatoia.



7

Strizzate i carciofi lessi per rimuovere l'umidità in eccesso, quindi tritateli al mixer.

Incorporate i carciofi tritati alle patate schiacciate ed iniziate ad impastare il composto con la farina fino ad ottenere una massa omogenea.



8

Formate dei filoncini con l'impasto, quindi tagliateli a tocchetti.



- 9 Rigate gli gnocchi facendoli passare sui rebbi di una forchetta o sull'apposito attrezzo riga-gnocchi.



- 10 Lessate gli gnocchi ottenuti in abbondante acqua salata, prelevateli dall'acqua non appena affiorano in superficie e passateli direttamente nella padella con il sugo ai carciofi dove li farete saltare brevemente.



11 Serviteli immediatamente.

NOTE

Che notizie in più sui carciofi?

Il carciofo, così buono e diffuso sulle nostre tavole quando è la sua stagione, non è un prodotto della terra bensì nasce da una selezione dell'uomo sui cardi.

Dove si coltiva maggiormente?

Si è poi diffuso largamente nelle coltivazioni soprattutto nel centro-sud Italia e se ne distinguono la variante con le spine e quella senza.

Ma è vero che fa molto bene alla salute?

Ricco di cinarina, aiuta a combattere in prima linea il colesterolo e contiene elevate quantità di ferro. Il modo migliore per ottenere benefici da questa vera e propria pianta curativa, amatissima già nell'antichità, sarebbe quello di non cuocerli e consumarli a crudo, magari in pinzimonio. In alternativa è preferibile una cottura lenta, anche per ammorbidire meglio il carciofo.