

SECONDI PIATTI

## kàcuocciuli ammuttunati

---

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#) / [Sicilia](#)

DOSI PER: [4 persone](#)    DIFFICOLTÀ: [media](#)    COSTO: [basso](#)    REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)

---



### INGREDIENTI

4 carciofi grossi e sodi  
1 uovo  
5 cucchiari di pangrattato  
1/2 bicchiere di latte  
caciocavallo  
aglio e prezzemolo tritati  
sale e pepe  
uvetta e pinoli  
passata di pomodoro  
olio per friggere  
pepe  
sale.

### PREPARAZIONE



- 2 Ripulire per bene i carciofi e metterli in acqua acidula con anche il gambo lungo ben ripulito.



- 3 In una ciotola mettere pangrattato, 1 cucchiaio di caciocavallo, il latte, uvetta e pinoli, prezzemolo tritato e uno spicchio di aglio tritato; mescolare con la forchetta. A parte sbattere l'uovo con un cucchiaio di caciocavallo e un pizzico di sale e pepe.



- 4 Sbattere ogni carciofo sul tagliere in modo da ammorbidirlo, allargarlo con le mani, togliere l'eventuale barbetta all'interno e versarvi un cucchiaino di uovo al centro.



- 5 Poi riempire col pangrattato condito, allargando le foglie e premendo bene e cercando di metterne il più possibile; quindi versare un'altro cucchiaino di uovo ed allargare, in modo da ricoprire tutta la superficie.

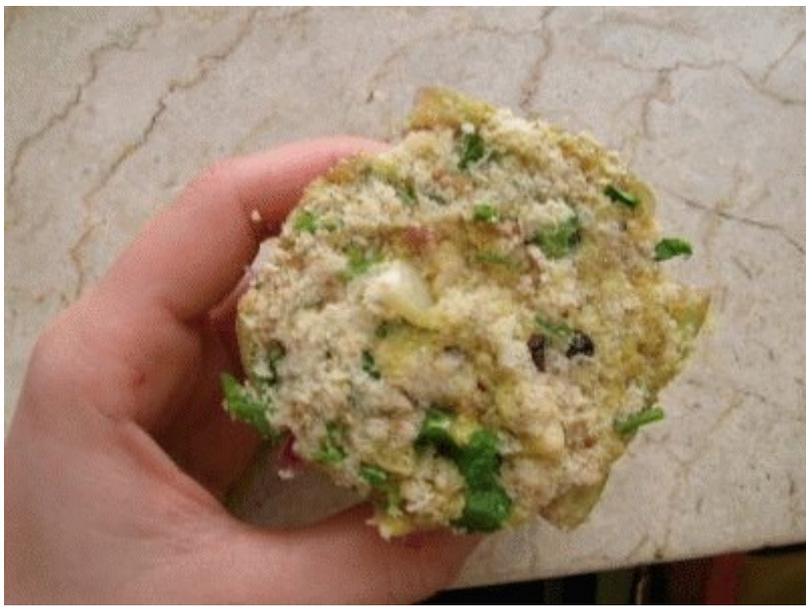


- 6 In alternativa capovolgere il carciofo sull'uovo, facendo poi attenzione nel rialzarlo,



7 quindi passarlo nella ciotola con il pangrattato condito e premere bene con il palmo della mano





- 8 Nel frattempo riscaldare l'olio e mettere i carciofi a soffriggere inizialmente con il "tappo" rivolto in giù.



- 9 Poi anche lateralmente, soffriggere anche i gambi ripuliti.



- 10 Preparare un sugo semplice con aglio soffritto che poi va eliminato e salsa di pomodoro. Quando i carciofi sono pronti metterli nella salsa e lasciarli cuocere coperti a fuoco molto dolce per 30 minuti, rigirandoli delicatamente almeno un paio di volte.





11 L'interno.

