

ANTIPASTI E SNACK

Sformatini di carciofi

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 10 persone DIFFICOLTÀ: media PREPARAZIONE: 20 min COTTURA: 25 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



Questi sformatini di carciofi sono davvero squisiti!
Perfetti per chi vuole realizzare un aperitivo o riempire il cestino del pic nic, magari di Pasqua.
Semplici da preparare ma al tempo stesso gustosi, non sfigurerebbero neanche in un classico pranzo di gala.

Provate questa versione golosa e semplice e vedrete che non la lascerete più.

Se poi amate le ricette con i carciofi ecco anche altre idee golose:

[carciofi alla giudia](#)
[carciofi alla romana](#)
[mezze penne ai carciofi](#)

INGREDIENTI PER LA BESCIAMELLA

FARINA 50 gr
BURRO 50 gr
LATTE INTERO 350 ml
SALE

INGREDIENTI PER LO SFORMATO

CARCIOFI piccoli - 6
PARMIGIANO REGGIANO 2 cucchiaini da
tavola
UOVA 1
PEPE BIANCO
SALE
BURRO per gli stampini -
PANGRATTATO per gli stampini -

PER LA FONDUTA

PANNA 150 gr
TALEGGIO 150 gr

PER ACCOMPAGNARE

CARCIOFI 1
OLIO DI ARACHIDI

PREPARAZIONE

- 1 Preparate la besciamella: fate fondere il burro in un pentolino, unitevi la farina e fate cuocere il roux fino a quando inizia ad essere dorato.



2 Aggiungete poco latte tiepido per volta fino ad ottenere una crema molto densa, togliete dal fuoco e lasciatela da parte a freddare.







3 Pulite i carciofi dalle foglie più coriacee e dalla barbetta interna.

Ponete sul fuoco una pentola colma d'acqua, portatela a bollire e fatevi lessare i carciofi tagliati in quarti.





4

Una volta che i carciofi sono ben cotti, scolateli e frullateli.

In una ciotola riunite la besciamella, i carciofi frullati, l'uovo, il parmigiano, il sale ed il pepe ed amalgamate il tutto fino ad ottenere un composto omogeneo.





- 5** Imburrate e cospargete di pangrattato degli stampini monoporzione e riempiteli fino a 3/4 della loro altezza con il composto ottenuto.



- 6** Infornate gli stampini a 180°C per circa 25 minuti o fino a quando si saranno ben rassodati.

Sfornate gli stampini, lasciate riposare per una decina di minuti prima di sformarli.

Metteli su una placca e passateli al grill per 5 minuti circa.

Preparate la fonduta.

Friggete i carciofi affettati finemente.





7 Servite gli sofmatini con un po' di fonduta e i carciofi fritti.

