

ANTIPASTI E SNACK

## Sformato di cardi

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone    DIFFICOLTÀ: media    COSTO: basso    REPERIBILITÀ ALIMENTI: media



### INGREDIENTI

1 cardo di circa 1 kg  
50 g parmigiano  
2 uova  
1 limone  
2 spicchi di aglio  
2 foglie di salvia  
20 g di burro  
sale  
pepe  
pane grattato.

### PER LA BESCIAMELLE

500 cl di latte  
50 g di burro  
50 g di farina  
sale  
noce noscata.

# PREPARAZIONE

- 1 Lavare bene le coste del cardo, tagliarle e metterle a cuocere in acqua bollente acidulata con il succo di limone, per far rimanere bianche le coste. Scolarle quando saranno diventate tenere.



- 2 Nel frattempo preparare la besciamelle mettendo a soffriggere il burro e la farina, quando la farina avra' assunto un colore nocciola, aggiungere il latte, mescolare bene, salare, aggiungere la noce moscata, e portare a bollore sempre mescolando.

Mettere i cardo in una pentola, aggiungere il burro, uno spicchio d'aglio, la salvia, il sale e il pepe e fare evaporare quel po' di acqua che e' rimasta all'interno delle coste. Aggiungere la besciamelle e frullare tutto.



**3** Far freddare poi aggiungere le uova e il parmigiano, amalgamare bene.

Ungere uno stampo a ciambella con il burro e spolverare con il pane grattato.



**4** Disporre l'impasto nello stampo e infornare a 180° per 30 minuti circa.



5 Sformare e decorare a piacere.

