

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

# Castraure panate

di: *fedia*

LUOGO: *Europa / Italia*

DOSI PER: *4 persone*    DIFFICOLTÀ: *media*    PREPARAZIONE: *20 min*    COTTURA: *25 min*    COSTO: *medio*

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *media*



## INGREDIENTI

20 castraure di Sant'Erasmo (o altri  
carciofini piccoli)  
50 g di farina bianca  
1 uovo  
poco sale  
abbondante olio di semi per friggere  
succo di mezzo limone.

## PREPARAZIONE



- 2 Pulite e spuntare le foglie più dure dei carciofini e metterli in una ciotola con acqua acidulata con succo di limone, per non farli annerire, fino al momento della preparazione.



- 3 In una ciotola mescolare l'uovo con un pizzico di sale, in un piatto mettete la farina.

Tagliare i carciofi a metà (o se si preferisce lasciarli interi), passarli nell'uovo e poi nella farina in modo da farli ricoprire bene.

Se si preferisce una crosticina più spessa, ripetere l'operazione due volte.



- 4 In una padella portate a temperatura l'olio (deve essere caldo ma non bollente) e friggere i carciofi fino a doratura della panatura e metterli su carta assorbente ad eliminare l'olio in eccesso.



