

SECONDI PIATTI

Coratella con i carciofi

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media PREPARAZIONE: 30 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

- 1 coratella d'abbacchio
- 5 carciofi
- 1/2 bicchiere di vino bianco
- 1/4 di cipolla
- olio
- 40 g circa di burro
- succo di 1 limone
- sale
- pepe.

PREPARAZIONE

- 1 Separare le varie parti della coratella (cuore, polmoni e fegato), se la coratella ha anche la trachea, questa andrà con il cuore.



- 2 Tagliare a pezzetti piccoli (1-2cm) le varie parti, mantenedole sempre separate, e ricordando di tagliare con le forbici la trachea.



- 3 Lavarla bene sotto l'acqua corrente e, dopo averla fatta a pezzettini, metterla nel piattino con il cuore.



- 4 A questo punto, tagliare i carciofi a spicchi sottili, mettendoli in acqua e limone per non farli scurire.



- 5 Mettere in una padella un giro d'olio e la metà del burro e lasciar scaldare appena.



6 Versarvi i carciofi scolati.



7 Salare, pepare e lasciar cuocere coperti a fuoco moderato aggiungendo qualche cucchiaio d'acqua se necessario.



- 8 In un tegame più grande, versare un altro giro d'olio, il resto del burro e la cipolla tagliata sottilissima. Quando la cipolla sarà un po' appassita, cominciare a cuocere la coratella iniziando dal polmone.



- 9 Coprire e lasciar cuocere qualche minuto, quando risulterà scura, unire il cuore e la trachea.



10 Lasciar cuocere altri 10 minuti ed unire il fegato.



11 Mescolare bene e lasciar cuocere altri 10 minuti, sempre a fuoco moderato.
Quando il tutto sarà quasi cotto, versare il vino e lasciar evaporare, poi salare, pepare e, a fuoco spento, versare il limone spremuto e filtrato.



12 Versare i carciofi caldi nel tegame della coratella.



13 Mescolare bene il tutto e servire caldo.

