

ANTIPASTI E SNACK

# Sformatini di carciofi

di: *Cookaround*

LUOGO: *Europa / Italia*

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

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *facile*



Vi volete preparare al picnic di Pasqua senza rinunciare a qualcosa di particolare da mettere nel cestino? Provate questi sformatini di carciofi. Semplici da preparare ma al tempo stesso gustosi, non sfigurerebbero neanche in un classico pranzo di gala...

## INGREDIENTI PER LA BESCIAMELLA

FARINA 50 gr  
BURRO 50 gr  
LATTE INTERO 350 ml  
SALE

## INGREDIENTI

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

# 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 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.

Servite gli sformati una volta freddati.