

4 Ricette con i carciofi

©www.mammafelice.it

Carciofi in umido semplicissimi

carciofi
olio, acqua calda
2-3 spicchi di aglio

Eliminare le foglie esterne dei carciofi e le punte. Aprirli leggermente sotto l'acqua per pulirli e metterli a testa in su dentro un tegame alto, riempiendolo bene, in modo che tutti i carciofi restino in piedi. Pulire l'aglio e infilarne dei pezzetti dentro ciascun carciofo.

Versare acqua calda sui carciofi, accendere il tegame, e aggiungere olio e sale nell'acqua. Terminare la cottura aggiungendo sempre acqua nel fondo della pentola, per circa 2 centimetri dal fondo, e cuocere a tegame coperto.

Carciofi gratinati

carciofi
acqua e farina
succo di limone
capperi
aglio
prezzemolo
olive nere
pangrattato

Pulire i carciofi, tagliarli in 4 spicchi e metterli a bagno in una soluzione di acqua fredda, succo di limone e 2 cucchiaini di farina. Lasciare a riposo per circa 30 minuti e poi sgocciolare.

Nel frattempo tritare con il robot da cucina i capperi, il prezzemolo e le olive.

Cuocere i carciofi in padella con olio e aglio, sfumando con acqua calda, fino a cottura.

Sistemare i carciofi in una teglia da forno, unire il trito di capperi e olive, cospargere con olio e pangrattato e terminare la cottura con il grill del forno per circa 10 minuti a 180°.

Carciofi ripieni

carciofi
pecorino romano grattato
pangrattato o mollica di pane raffermo
1 spicchio d'aglio
prezzemolo e menta freschi
olio, acqua calda

Eliminare le foglie esterne dei carciofi e le punte. Aprirli leggermente sotto l'acqua per pulirli e metterli a testa in su dentro un tegame alto, riempiendolo bene, in modo che tutti i carciofi restino in piedi.

Mescolare il pangrattato con il pecorino, le erbe tritate e l'aglio, e riempire i carciofi con questo composto, farcendoli bene e schiacciando il composto dentro le foglie.

Versare due dita di acqua calda sul fondo del tegame. Aggiungere abbondante olio, anche a ricoprire i carciofi, e cuocere con il coperchio finché i carciofi diventano teneri, facendo in modo che il composto sempre all'interno.

Carpaccio ai carciofi

carne da carpaccio (facoltativa)

carciofi

parmigiano a scaglie

rucola

funghi champignons freschi

succo di limone

olio, pepe e sale

Pulire i carciofi, tagliarli in 4 spicchi e poi a fettine sottilissime, e metterli a bagno in acqua e succo di limone.

Pulire i funghi, tagliarli a fettine molto sottili e mescolarli ai carciofi scolati, condendoli con olio e sale.

In un piatto da portata, stendere la carne da carpaccio, e condirla con un composto di olio, sale e succo di limone.

Unire i carciofi e i funghi, le scaglie di parmigiano e la rucola. Completare con un filo di olio a crudo e del pepe macinato al momento.

Chi è vegetariano può benissimo fare a meno della carne, e fare un carpaccio con le sole verdure e formaggio.