



(<https://www.ricetteregionali.net/>)

Carciofi alle acciughe



4 Persone

contorni Categoria

facile Difficoltà

30 minuti Tempo

Attrezzatura : **bacinella, tegame**

Ingredienti

- 8 carciofi
- 4 acciughe
- 1 ciuffetto di prezzemolo
- 2 spicchi d'aglio
- 4 cucchiaini di pangrattato
- 1 limone
- 6 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
- sale
- pepe

Preparazione Carciofi alle acciughe

Passo 1.

Pulite i carciofi privandoli delle foglie più esterne e dure, pareggiate le foglie tagliando le punte e apritele leggermente.

Passo 2.

Preparate una bacinella con acqua e succo di limone e tenetevi in ammollo i carciofi per mezz'ora.

Passo 3.

Pulite le acciughe, lavatele diliscatele e tagliatele a pezzetti.

Passo 4.

Tritate gli spicchi d'aglio ed il prezzemolo ed amalgamateli al pangrattato, aggiungete le acciughe tritate 3 cucchiari di olio extravergine d'oliva, sale e pepe.

Passo 5.

Inerite il composto tra le foglie dei carciofi, quindi disponete i carciofi in un tegame che abbia le dimensioni sufficienti a contenere i carciofi l'uno accanto all'altro senza farli cadere.

Passo 6.

Riempite il tegame a metà altezza con acqua, versate qualche altro cucchiario di olio sui carciofi, cuocete a fuoco basso circa un'ora, fino a che l'acqua non sarà evaporata.

Passo 7.

Servite i carciofoi caldi.

Note

- ✓ **Nazionalità:** Italiana
- ✓ **Pubblicata:** 01/10/2015
- ✓ **Calorie:** 0 a porzione
- ✓ **Rating:** 4.0 (1 review)
- ✓ **Autore:** Carmelo Scuderi (<https://www.facebook.com/ricetteregionali>)