

FONDI DI CARCIOFI ALLA VENETA

Ingredienti per 4 persone:

- 12 carciofi,
- prezzemolo,
- 1 limone,
- 1 spicchio di aglio,
- 1/2 bicchiere di brodo vegetale,
- 1/2 bicchiere di olio d'oliva extra-vergine,
- 1 presa di sale,
- 1 presa di pepe.

Mondate i carciofi, privandoli delle foglie esterne più dure, poi torniteli e spuntateli con un coltello, lasciando attaccato al cuore (fondo) solo 1 cm di foglie, e metteteli in una ciotola, bagnandoli con il succo di limone.

Sbucciate l'aglio, mondate e lavate il prezzemolo e tritateli assieme con la mezzaluna.

Ponete il trito a rosolare sul fuoco in un tegame con l'olio, quindi unitevi i carciofi, lasciandoli rosolare per qualche minuto, e aggiungete il brodo.

Insaporite con una presa di sale e una di pepe e fate cuocere, a fuoco basso e a recipiente coperto, per circa 30 minuti.

Trascorso il tempo indicato, trasferite i carciofi nel piatto da portata, disponendoli con le foglie verso l'alto, irrorateli con il fondo di cottura e serviteli in tavola ben caldi.