

CARDI AL FORNO

Ingredienti per 4 persone:

- 800 g di cardi,
- 120 g di formaggio fontina,
- 2 cucchiaini di farina,
- 1/2 limone (succo),
- sale,
- olio d'oliva.

Mondare i cardi e tagliarli a pezzi.

In un tegame stemperare la farina in 100 cl d'acqua, unire il succo di limone, una presa di sale e i cardi e cuocere a fuoco lento per circa 2 ore e mezza.

Scolare i cardi e disporli in una teglia ben unta, coprirli con la fontina tagliata a lamelle e mettere in forno caldo a 180 gradi per 20 minuti.