

CARDI IN UMIDO

Ingredienti per 4 persone:

- 800 g di cardi selvatici,
- 1 cipolla grande,
- 250 g di pomodori pelati,
- 3 cucchiaini di olio d'oliva extra-vergine,
- sale,
- prezzemolo tritato.

Far sudare nell'olio la cipolla affettata sottilmente.

Unirvi i cardi già lessati a metà cottura; farli insaporire un po' nell'olio, quindi unire i pomodori pelati a pezzettini, aggiustare di sale e portare a cottura aggiungendo di tanto in tanto un po' d'acqua se necessario.

Servire con prezzemolo tritato al momento.