

CARCIOFI IN TEGAME

Ingredienti per 4 persone:

- 8 carciofi romaneschi,
- 8 rametti di mentuccia romana,
- 3 cucchiaini di prezzemolo tritato,
- 2 spicchi di aglio,
- 1/2 bicchiere di vino bianco,
- 2 cucchiaini di pasta d'acciughe,
- 4 cucchiaini di olio d'oliva extra-vergine,
- 1 limone,
- sale,
- pepe.

Mondate i carciofi, tagliate il gambo in modo che i carciofi possano rimanere dritti, allargate le foglie e tuffateli in acqua acidulata da succo di limone.

Pulite i gambi e tagliateli in 2-3 pezzi ciascuno.

Sgocciolate i carciofi, salateli leggermente, pepateli e distribuite nel loro interno il prezzemolo tritato; disponeteli in un tegame insieme ai pezzi di gambo.

Mettete al centro di ogni carciofo un pezzetto d'aglio, un rametto di mentuccia e un po' di pasta d'acciughe.

Salate anche l'esterno dei carciofi ed i gambi e cospargete il tutto con l'olio d'oliva.

Mettete il tegame sul fuoco e aggiungete mezzo bicchiere di vino bianco e mezzo bicchiere d'acqua.

Incoperchiate e cuocete per circa 1 ora.