

CARCIOFI TRIFOLATI

Ingredienti per 4 persone:

- 1 kg di carciofi,
- 2 spicchi grandi di aglio,
- olio d'oliva,
- prezzemolo tritato,
- sale.

Pulite i carciofi eliminando le foglie dure e le parti piú legnose, tagliateli a metà e lasciateli per circa 20 minuti in acqua e limone.

Successivamente, sciacquateli sotto l'acqua corrente con molta cura aprendo con le dita le foglie piú strette e lasciateli scolare per un po'.

Nel frattempo in una padella antiaderente, fate riscaldare l'olio e dorare l'aglio e tagliate i carciofi a fettine ancora piú sottili.

Dopodiché versateli in padella, insaporiteli e saltateli a fiamma alta per circa 10 minuti mescolando costantemente.

Subito dopo, toglieteli dal fuoco e spolverizzateli con il trito di prezzemolo.

Lasciateli intiepidire e serviteli come contorno.