

417. CARCIOFI IN UMIDO COLLA NEPITELLA

Se vi piacesse di sentire questi carciofi con l'odore della nepitella, ecco come dovete regolarvi. Levate ai carciofi tutte le foglie non mangiabili e divideteli in quattro spicchi ognuno, od anche in sei se sono grossi; infarinateli e poneteli al fuoco in una teglia di rame, con olio in proporzione, condendoli con sale e pepe. Quando li avrete rosolati uniteci un battutino composto di uno spicchio d'aglio, o di mezzo soltanto se i carciofi sono pochi, e un buon pizzico di nepitella fresca. Quando avranno tirato l'umido terminate di cuocerli con sugo di pomodoro o conserva sciolta nell'acqua. Possono servir di contorno o esser mangiati soli.