

INSALATA AI CARCIOFI

Ingredienti per 4 persone:

- 3 carciofi,
- 1 sedano piccolo,
- 1 carota,
- 50 g di parmigiano,
- 1.5 limoni,
- olio,
- sale,
- pepe.

Pulire i carciofi, tagliarli a metà e privarli del fieno.
Tenerli per 1/2 ora in acqua fredda acidulata con il succo di limone.
Mondare il sedano e la carota.
Affettare finemente i carciofi, irrorarli con mezzo limone e salarli.
Unire le carote a julienne e il sedano affettato.
Salare, pepare e condire con 4 cucchiaini di olio.
Cospargere con il parmigiano a scaglie.