

# MERLUZZO E CARCIOFI

Ingredienti per 6 persone:

- 600 g di merluzzo
- 4 carciofi
- aglio
- prezzemolo
- mentuccia
- 1 bicchiere di olio d'oliva extra-vergine
- acqua
- sale

Nettate i carciofi tagliati a spicchi e metteteli in acqua e limone.

In una casseruola mettete i carciofi, il trito di aglio, mentuccia e prezzemolo.

Salate e pepate.

Unite un bicchiere di olio d'oliva extra-vergine e 2 bicchieri di acqua tutto a freddo.

Accendete il fuoco e fate cuocere coperto per 15 minuti.

Aggiungete il merluzzo a grossi pezzi e ricoprite per altri 15 minuti.

Passato il tempo, se il fondo di cottura è ancora troppo liquido terminate la cottura a fuoco vivissimo.

Servite subito.