

SEPIE AI CARCIOFI

Ingredienti per 4 persone:

- 1000 g di seppie tagliate a strisce,
- 2 spicchi di aglio,
- 1 acciuga salata,
- 1 bicchiere di vino bianco,
- 1 cucchiaio di farina,
- 2 carciofi,
- pinoli,
- prezzemolo,
- sale,
- pepe,
- olio d'oliva.

Soffriggere l'aglio , l'acciuga ed i pinoli nell'olio.

Aggiungere le seppie e rosolarle per qualche minuto; cospargerle con la farina ed aggiungere il vino bianco.

Continuare la cottura fino al raggiungimento di una giusta morbidezza delle seppie.

Aggiungere i carciofi tagliati a spicchi e tenuti in acqua acidulata (acqua e limone); aggiungere infine il prezzemolo tritato.