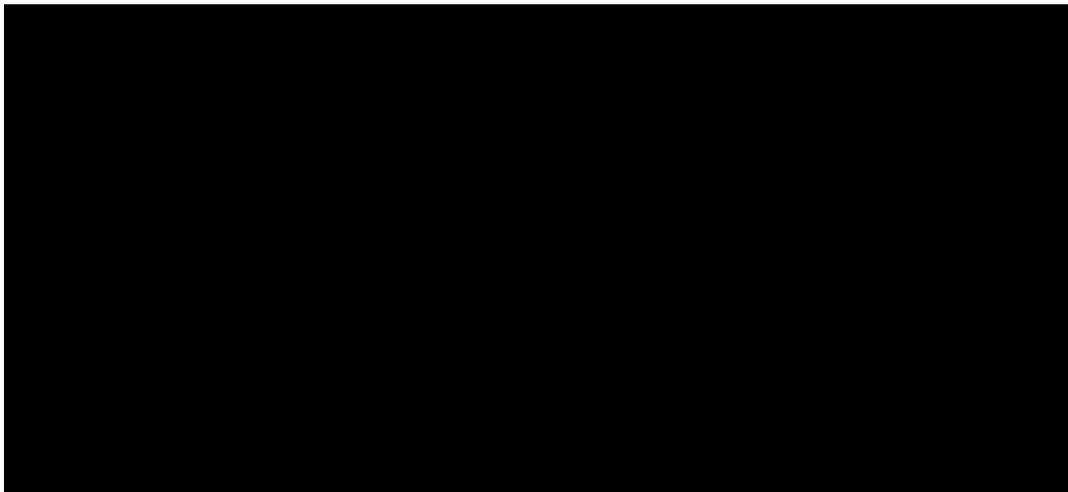


Carciofi Farciti in Pentola a Pressione

Categoria : LA FRITTATA

Publicato da [D.N.](#) in 14/10/2008

Tempo di carciofi: il mercato offre bei carciofi freschi di stagione, io spesso li cucino in questa maniera. 3 Carciofi mammola sodi - aglio, prezzemolo, pane grattugiato - olio, sale e pepe



Nettare i carciofi, come fate di solito, metterli a bagno per un'oretta in acqua con il succo di un limone. Capovolgerli per togliere l'eccesso di acqua, poi schiacciarli in modo da allargare la corolla.

Tritare nel tritaprezzemolo l'aglio e il prezzemolo (all'aglio abbino bene il prezzemolo, non altre erbe), faccio una miscellanea di pane e questo trito e sale, mescolo bene e con un cucchiaino ne inserisco fra le foglie, il più internamente possibile e alla fine cerco di ricomporre il carciofo.

Uso la griglia a piatto forato da pentola a pressione, metto due mestoli di acqua, accomodo i carciofi farciti capovolti, irroro con olio e pepe. Non getto i gambi, che cuocio assieme, chiudo la pentola e dopo il fischio mando a cottura per 15 minuti.

Con gli scarti di foglie faccio una crema o vellutata, dal sapore delizioso! Sono buoni anche freddi.