



Microonde: Carciofi gratinati - [Visualizza sul sito](#)
di Sconosciuto

4 carciofi romani
2 cucchiaini di panegrattato
1 spicchio di aglio
1/2 bicchiere di olio
un po' di prezzemolo
sale

Pulire i carciofi togliendo tutta la parte dura e dividerli in due parti uguali.

Preparate un impasto con il pane, aglio, prezzemolo, un po' di sale e metà dell'olio.

Disponete in una teglia rotonda i carciofi a circolo, mettendo la parte più tenera verso il centro, riempiete l'interno del carciofo con l'impasto versate sopra l'olio rimasto mettere due cucchiaini di acqua o brodo e cuocete per 15 minuti a massima potenza, lasciare riposare per 5 minuti e servire.

eCucinando.it