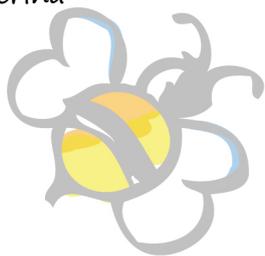




Carciofi ripieni con piselli - [Visualizza sul sito di cockerina](#)



eCucinando.it



Contorni caldi - pan carrè - pecorino

per 4 persone:

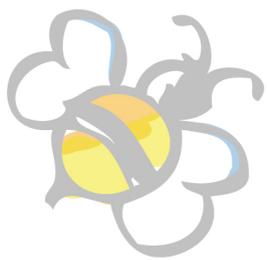
8 carciofi belli grossi e sodi  
2 uova  
8 fette di pancarrè (non pangrattato!!!)  
pecorino grattugiato  
500 gr di piselli surgelati  
prezzemolo tritato  
uno spicchio di aglio  
olio evo  
sale, pepe  
latte q. b. (circa 100 gr, poco meno...)

prima di tutto preparare il sughetto con i piselli:  
rosolare in olio evo lo spicchio di aglio intero e una manciata di prezzemolo tritato solo per qualche secondo, poi aggiungere i piselli (non serve scongelarli..) far insaporire nel soffritto qualche minuto, poi aggiungere abbastanza acqua calda da coprirli completamente, aggiungere sale e cuocere a fuoco lento....

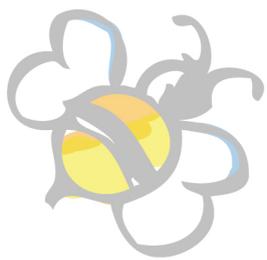
intanto mondare i carciofi tagliando i gambi, eliminando le foglie esterne più dure e spuntandoli per eliminare le spine, tagliando cioè all'incirca a metà altezza di ciascun carciofo.  
devono restare solo le foglie più chiare e tenere.  
tuffare quindi i carciofi in acqua acidulata con succo di limone per evitare che anneriscano, e intanto preparare il ripieno:

in una ciortola amalgamare le uova con pecorino, prezzemolo, un filo di olio evo, sale, pepe, il pancarrè sminuzzato e il latte che occorre per inzupparlo.  
deve risultare una farcia non troppo asciutta ma nemmeno troppo liquida!! quindi consiglio di aggiungere il latte poco per volta....  
con questa farcia riempire i carciofi dopo aver ben allargato le foglie e facendo attenzione a non staccarle dal gambo  
portare a bollore i piselli  
adagiare i carciofi così ripieni nella pentola dove cuociono i piselli facendo attenzione a non perdere il ripieno, che a contatto col sugo caldissimo deve rapprendersi quasi subito..  
lasciar bollire qualche minuto quindi cuocere col coperchio e dolcemente per circa 45 minuti... se occorre, durante la cottura aggiungere altra acqua...  
fare la prova forchetta, quando i carciofi risultano belli teneri sono pronti  
servire i carciofi ripieni col contorno di piselli..

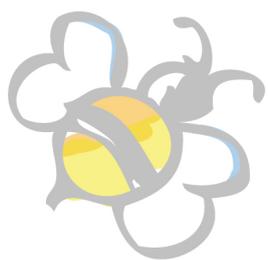
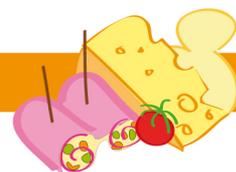




eCucinando.it



eCucinando.it



eCucinando.it