

Carciofi ripieni

Categoria: Portate - Verdure e Contorni



Informazioni Generali

Preparazione: 20 min	Cottura: 15 min	Dosi per: 4 persone
Costo: Medio	Difficoltà: Bassa	

Nota Aggiuntiva: + il tempo di cottura in forno



I carciofi ripieni sono un ottimo piatto ricco e sostanzioso che si può farcire in moltissimi modi, qui vi proponiamo una ricetta classica che prevede un ripieno a base di carne trita e parmigiano simile a quello delle polpette.

La preparazione richiede un po' di tempo e pazienza poiché è prevista la pulizia dei carciofi freschi ma è possibile preparare i carciofi ripieni in anticipo e infornarli al momento opportuno.

Ingredienti

» Aglio 1 spicchio tritato	» Parmigiano Reggiano 40 gr piu' 1 cucchiaino
» Brodo di verdure q.b.	» Pepe q.b.
» Carciofi grandi 8	» Prezzemolo tritato 1 cucchiaino
» Carne bovina trita 200 gr	» Sale q.b.
» Pangrattato 50 gr piu' 1 cucchiaino	» Uova 1

Preparazione



Per preparare i carciofi ripieni iniziate pulendo i carciofi (1) secondo il procedimento che trovate qui [avendo cura di mantenere interi i carciofi eliminando la barba interna aiutandovi con uno scavino \(2\)](#). Cuocete i carciofi puliti in abbondante acqua salata (3) e una volta ammorbiditi scolateli e lasciateli raffreddare.



Intanto preparate il ripieno : mettete in una ciotola la carne trita, il prezzemolo tritato, l'uovo, il parmigiano, l'aglio tritato (4) e

iniziate ad amalgamare gli ingredienti, unite per ultimo il pangrattato (5) poco alla volta fino ad ottenere un composto simile a quello delle polpette. Aggiustate di sale e pepe. Riempite i carciofi con il ripieno e disponeteli ben ravvicinati in una pirofila. Versate il brodo nella pirofila (sono sufficienti 2/3 mestoli) e cospargete i carciofi con un filo d'olio, un cucchiaio di parmigiano e un cucchiaio di pangrattato (6). Cuocete in forno già caldo a 180° per circa 30 minuti, i carciofi ripieni saranno pronti quando la superficie del ripieno risulterà dorata.