

Written by Nicolò

Saturday, 21 April 2012 16:39 - Last Updated Sunday, 12 April 2015 16:26

Il carciofo alla romana è un classico che merita una premessa, indispensabile per colmare le lacune dei meno preparati.

A Roma si presentano principalmente due carciofi:

- 1) Il carciofo alla giudea, rigorosamente fritto fritto fritto;
- 2) Il carciofo alla romana, ripieno, fritto in olio con aggiunta di acqua;

Come si suol dire nella capitale: *so' boni entrambi*.

E per questo noi prepariamo un carciofo alla romana tipo carciofo alla giudia.

{image}Carciofo alla romana1.JPG {/image}

Questi gli ingredienti per due bei carciofi alla romana:

- 2 carciofi
- 1 acciuga (o pasta di acciughe)
- 3 fette di pan carrè
- 10 foglioline di mentuccia
- qualche foglia di prezzemolo
- buccia di limone
- 1/2 aglio
- 10 grammi di parmigiano (o pecorino)
- olio extravergine
- Pepe

La cosa certamente più complicata dei carciofi è pulire i carciofi.

{image}Carciofo alla romana2.JPG {/image}

Togliete le foglie esterne finché non avrete eliminato la parte viola. Pulite il gambo levando la parte esterna.

{image}Carciofo alla romana9.JPG {/image}

Togliete la barba interna con l'apposito scavino e mettete i carciofi puliti in una bacinella con acqua e limone.

Tagliate anche il gambo in modo tale di poter cuocere il carciofo anche con il fiore verso l'alto. (ovviamente non dovrete buttare il gambo che potrà essere cucinato).

{image}Carciofo alla romana3.JPG {/image}

Preparate un trito di aglio, buccia di limone, acciuga, mentuccia, prezzemolo. Mettete tutto nel cutter con il pan carrè, il parmigiano grattugiato, del pepe e dell'olio.

CARCIOFO ALLA ROMANA (UN PO' ALLA GIUDIA) A MODO NOSTRO (difficoltà: media)

Written by Nicolò

Saturday, 21 April 2012 16:39 - Last Updated Sunday, 12 April 2015 16:26

{image}Carciofo alla romana.JPG {/image}

Prendete il carciofo e imbottitelo con il ripieno pressandolo bene.

{image}Carciofo alla romana4.JPG {/image}

{image}Carciofo alla romana5.JPG {/image}

Prendete una pentola alta e stretta e versateci abbondante olio (un dito). Friggete il carciofo a fuoco medio per 3/4 minuti (io lo frizzo tanto perchè così diventa anche croccante), prima verso il basso, poi girandolo verso l'alto per evitare che il contenuto si disperda a causa della spietata forza di gravità. Salate e pepate leggermente. Versate con decisione un bicchiere d'acqua fino ad arrivare a metà carciofo.

{image}Carciofo alla romana7.JPG {/image}

Coprite con uno strato di carta da forno e con un coperchio. Fate cuocere per circa 20 minuti a fuoco medio finchè il carciofo non risulterà morbido alla forchetta.

{image}Carciofo alla romana8.JPG {/image}

A questo punto impiattate il carciofo, fate andare ancora qualche minuto il sughetto, e mangiatevelo.

{image}Carciofo alla romana10.JPG {/image}