Carciofi ripieni alla puviredda

- **Ingredienti:**

  1,200 kg carciofi
  500 g acqua
  300 g pane raffermo
  2 uova
  60 g pecorino
  50 g olio extravergine di oliva
  30 g acciughe
  15 g capperi
  prezzemolo q.b.
  1 spicchio di aglio
  menta q.b.
  sale e pepe q.b.

- **Preparazione:**

  Prendere i carciofi, liberarli dalle foglie più esterne, tagliare la punta e aprirli il più possibile. Prendere il pane raffermo già a mollo nell'acqua, strizzarlo e accomodarlo in una bacinella. Aggiungere il sale, il pepe, il pecorino, le uova, la menta, il prezzemolo, i capperi e le acciughe. Impastare il tutto, riempire i carciofi e sistemarli in una casseruola con coperchio, aggiungendo acqua, aglio, olio extravergine di oliva e un pizzico di sale. Coprire e portare a cottura.

- **Apporto calorico:**

  Le calorie del piatto per porzione sono pari a: Kcal 519 ca.

Galleria Foto VISUALIZZA SCHERMO PIENO

(per uscire: ESC per desktop, doppio tap per mobile)

Ultima modifica: Martedì 11 Agosto 2020

Condividi

Reti Sociali

Quanto ti è stata utile questa pagina? Select rating
Nessun voto

Rate

Source URL: https://www.isfores.it/dieta-mediterranea/ricette/carciofi-ripieni-alla-puviredda