

CARCIOFI MORBIDOSI

Ingredienti per 6 persone

- 5 carciofi
- 2 patate
- 1 fetta di prosciutto cotto magro
- un uovo medio
- 50 g di parmigiano grattugiato
- una manciata di prezzemolo fresco tritato
- un cucchiaio di farina
- pangrattato q.b.
- burro q.b.
- sale q.b.



Preparazione

Pulire i carciofi e tagliarli in quarti. Sbucciare le patate e tagliarle in dimensioni simili ai carciofi. Cuocere al vapore le patate ed i carciofi fino a quando saranno teneri. Raccogliere nel mixer il parmigiano, il prosciutto, l'uovo, il pangrattato e il prezzemolo con le patate e i carciofi. Tritare tutto fino ad ottenere un composto omogeneo (se troppo li liquido potete aggiungere qualche cucchiaio di pangrattato). Distribuire il composto in 6 pirottini imburrati e infarinati. Infornare gli sformatini di carciofi e patate a 180° gradi per circa 20 minuti, sfornare e lasciarli intiepidire prima di sformarli. E buon appetito!!!.