

# Carciofi alla pancetta

I **carciofi alla pancetta** sono un contorno tipico del periodo invernale, quando i carciofi sono di stagione. I carciofi vengono trifolati assieme a cubetti di pancetta affumicata e spezie.

I **carciofi alla pancetta** sono ottimi gustati come contorno, ma possono essere utilizzati anche per condire la pasta o preparare una gustosa torta salata o una frittata.

## INFORMAZIONI

- 2 persone
- **170Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **30 minuti**
- si può **preparare in anticipo**
- si può **mangiare fuori**

## INGREDIENTI

- 6 carciofi
- 1 limone
- 4 rametti di prezzemolo
- 200 ml di Brodo vegetale
- 2 spicchi di aglio
- 1 cucchiaio di olio extravergine di oliva
- 50 g di pancetta affumicata
- 50 ml di vino bianco secco
- Pepe nero macinato al momento
- Sale fino

## PREPARAZIONE

- Lavare i carciofi, togliere le foglie dure più esterne fino ad ottenere i cuori formati solo da foglie chiare e tenere, tagliare le punte. Tagliarli a metà, eliminare il fieno, affettarli a spicchi e metterli in acqua acidulata con il limone. E' possibile utilizzare anche i primi 5-6 centimetri del gambo. Togliere la parte esterna più coriacea con un pelapatate ed affettarli. Mettere anch'essi nell'acqua acidulata.
- Lavare il prezzemolo, selezionarne le foglie e tritarle finemente con una mezzaluna su un tagliere.
- Scaldare il brodo.
- In una padella far imbiondire l'aglio nell'olio quindi unire la pancetta a cubetti. Farla ben colorire, quindi aggiungere il vino e farlo evaporare a fiamma vivace.
- Quando il vino sarà evaporato e la pancetta si sarà colorita, togliere l'aglio e unire i carciofi ben scolati e farli saltare a fuoco vivo per un paio di minuti.
- Aggiungere un mestolo di brodo, un cucchiaino di trito di prezzemolo e aglio e lasciar proseguire la cottura per 12-15 minuti circa a fiamma media. Se il fondo di cottura dovesse asciugarsi troppo aggiungere altro brodo vegetale.
- A fine cottura unire una manciata di pepe e regolare di sale.

## PIETANZE DI ABBINAMENTO IDEALE

Secondi piatti a base di carne, uova o formaggio.

## STAGIONE

Gennaio, febbraio, marzo, dicembre

## AUTORE

Ricetta realizzata da Barbara Farinelli. Fotografia di Giovanni Caprilli. Tutti i diritti riservati.

