



CARCIOFI FRITTI ALLA ROMANA

Categoria: Contorni **Tempo di preparazione:** 15 minuti **Difficoltà:** facile 🕒

Ingredienti per 4 persone

- 4 carciofi a globo
- 2 litri di olio di semi di girasole o di arachidi
- ½ limone
- sale

Chef: Viviana Marrocoli

Questi deliziosi carciofi croccanti sono un ottimo esempio della maestria romano-ebraica nella frittura.

Dosi per **4 persone**

Tempo di preparazione: **15 minuti**

Tempo di cottura: **25 minuti**

Preparazione

Pulire i carciofi (rimuovere le foglie esterne verde scuro dai carciofi, per esporre le foglie più morbide con una base bianca; tagliare la parte superiore delle foglie e tagliare per rimuovere le parti legnose rimanenti per creare la forma di un bocciolo di rosa.

Tagliate quindi il centimetro superiore dei carciofi e togliete il gambo con una paletta per meloni o simili.

Ora tagliate i gambi e cospargeteli di succo di limone per mantenerne il colore, schiacciateli delicatamente per ammorbidirli e poi aprite con cura le foglie e immergetele in acqua con succo di limone e ghiaccio per evitare l'ossidazione).

Scaldare l'olio in una casseruola a bordi alti a 130°C. Asciugare bene i carciofi e metterli nell'olio caldo, ma non bollente, e cuocere per 20 minuti, finché la base del carciofo è tenera.

Scolare i carciofi capovolti su carta da cucina.

Al momento di servire, scaldare nuovamente l'olio a 175°C, distribuire bene le foglie, facendo attenzione a non romperle, e friggere i carciofi per 3 minuti fino a quando saranno croccanti e dorati con le foglie aperte. Scolarli su carta da cucina e servirli con un pizzico di sale.

P.S. Con gli scarti e le foglie del carciofo si può fare un brodo, o un decotto facendo essiccare le foglie, per ottenere un digestivo naturale.

*Enjoy dallo chef **Viviana Marrocoli!***

