



I primi vegetariani

PASTA CON CARCIOFI



Ingredienti

4 CARCIOFI

360 g di MEZZI RIGATONI

1 spicchio di AGLIO
BIANCO PIACENTINO

50 g di PECORINO ROMANO

1 LIMONE

OLIO EVO q.b.

SALE e PEPE q.b.

Procedimento

- Pulite i carciofi, tagliate i cuori a spicchi e metteteli in ammollo in acqua e limone;
- In una padella aggiungete un filo d'olio e lo spicchio d'aglio; aggiungete i carciofi, aggiustate di sale e pepe e fate saltare per 10 minuti;
- Aggiungete un bicchiere d'acqua calda (o di brodo vegetale), coprite con un coperchio e lasciate cuocere per 10 minuti a fuoco lento;
- Cuocete la pasta in abbondante acqua salata, scolate al dente, unite la pasta ai carciofi, aggiungete il pecorino, un pizzico di pepe e fate insaporire per qualche minuto.