



# NISCEMI

## XXXII SAGRA DEL CARCIOFO

ARTE CULTURA - GASTRONOMIA -  
SPETTACOLO



## Pasta tipo reginette e carciofi

- *Ingredienti : Pasta lunga tipo reginette, gr.350 burro, gr 100 cipolle , gr 150 prezzemolo, 4 carciofi, grana, vino bianco secco, brodo vegetale, olio d'oliva, sale, pepe.*
- *Preparazione : Affettare le cipolle sottilissime e farle rosolare a fuoco bassissimo in una grande casseruola, con un po' d'olio e un pizzico di sale. Pulire i carciofi, tagliarli a lamelle sottili e aggiungerle alle cipolle. Farle insaporire con del vino bianco c.a 250 ml e, dopo che sarà parzialmente evaporato, aggiungere il brodo fino a completa copertura dei carciofi; lascia cuocere finché il preparato sarà abbastanza ristretto e i carciofi morbidissimi, unite la pasta, già lessata e scolata al dente, il burro, un pizzico di sale, una bella macinata di pepe; saltare la pasta per farla insaporire, aggiungere un cucchiaino di prezzemolo tritato e servirla con abbondante formaggio*

## *Pasta ai carciofi*

- *Ingredienti per 4 persone: 300 gr di mezze penne o fusilli - 3 cucchiaini di olio - 4 carciofi - 2 cipolline fresche - sale - pepe - grana grattugiato.*
- *Preparazione : Mettete nel tegame l'olio, le cipolline tagliate sottili e subito dopo i carciofi tagliati a spicchi sottili, sale e pepe e lasciateli cuocere qualche minuto senza farli asciugare. Aggiungetele alla pasta e condite il tutto con il formaggio.*

## Pappardelle al sugo di agnello

- *Ingredienti : Dosi per 4 persone: 240 gr di pappardelle, 200 gr di agnello disossato (coscia o spalla), 4 carciofi, 2 limoni non trattati, 1 spicchio di aglio, prezzemolo, olio, sale, pepe.*
- *Preparazione : Tagliare la polpa di agnello a pezzettini. Lavare i carciofi togliendo le foglie esterne più dure, tagliarle a metà, eliminare la peluria e affettarli finemente. Lasciarli a bagno in acqua acidulata con il succo di un limone. Mettere in un largo tegame 3 cucchiaini di olio e lo spicchio d'aglio tagliato a fettine. Unire la polpa di agnello, lasciarlo insaporire qualche minuto e aggiungere i carciofi. condire la polpa di agnello con sale e pepe. Fare cuocere a fuoco vivace per qualche minuto avendo cura di inumidire il tutto con acqua calda. Coprire il tegame e continuare la cottura a fuoco moderato per 20 minuti. Aggiungere il succo della metà dell'altro limone, regolare di sale e far restringere il sugo di cottura. Cuocere la pasta in abbondante acqua bollente salata, scolarla al dente e versarla nel tegame del preparato. Aggiungere il prezzemolo tritato e delle scorzette sottili di buccia di limone. Mescolare bene e saltare il tutto per qualche minuto.*

## Ravioli speciali al salmone

- *Ingredienti : Dosi per 4 persone: 700 g di ravioli di magro, 100 g di salmone affumicato, 3 carciofi, 1 limone, 2 cucchiaini d'olio di oliva, 20 g di burro, 1 cipolla, 1 spicchio d'aglio, 50 gr di prezzemolo tritato, sale, pepe.*
- *Preparazione : Pulire i carciofi eliminando foglie esterne e punta. Lasciare 5 cm di gambo e sbucciarlo. Tagliare i carciofi in due e togliete il pelo, buttate man mano i carciofi in una ciotola con acqua e limone. Lessateli in acqua salata e scolateli molto al dente, dopo 6 o 7 minuti circa. Eliminate tutta l'acqua strizzandoli bene e tagliateli a fette sottili. Cuocete i ravioli in abbondante acqua salata per il tempo prescritto. Nel frattempo, scaldare l'olio in una padella a fuoco medio e fatevi appassire il cipollotto e l'aglio tritati finemente. Mettete i carciofi nella padella e lasciate insaporire per qualche minuto a fuoco basso. Unite il salmone a striscioline e cuocete per 2 minuti mescolando. Unite, a fine cottura, un cucchiaino di succo di limone, sale, pepe e il prezzemolo. Scolate i ravioli e passateli in padella con il burro a fiocchetti. Mescolate per un minuto prima di servire.*

## Risotto allo spumante

- *Ingredienti : Dosi per 2: 120 g di riso, un po' di cipolla, 1 cucchiaio di concentrato di pomodoro, un bicchiere di spumante, 4 dl di brodo vegetale, 2 carciofi, 1 limone, 20 g di grana grattugiato, olio, 20 g di burro, noce moscata, sale.*
- *Preparazione : Togliete le foglie esterne dei carciofi e le spine, tagliateli in quattro spicchi, togliete la peluria e metteteli a mollo in una ciotola con acqua e succo di limone. Cuoceteli in acqua in ebollizione leggermente salata per 6-7 minuti e scolateli. Tritate finemente la cipolla, fatela rosolare in una casseruola con il burro, unite il riso, tostatelo e bagnatelo con la metà dello spumante. Quando è evaporato aggiungete il concentrato di pomodoro e portate a cottura il riso, unendo il vino rimasto e il brodo bollente poco alla volta. Mettete abbondante olio in un padellino, fatelo scaldare e friggetevi i carciofi infarinati finchè sono dorati e croccanti. Scolateli e teneteli in caldo. Mantecate il risotto con il parmigiano e un pizzico di noce moscata grattugiata. Suddividetelo nei piatti guarnito con i carciofi fritti.*

## Pasta ai carciofi

- *Ingredienti : 350g di mezze penne o fusilli - 6 cucchiari di olio - 4 carciofi - 2 cipolline fresche - sale - pepe - grana grattugiato. Preparazione : Mettete nel tegame l'olio, le cipolline tagliate fini e subito dopo i carciofi tagliati a pezzi sottili, sale e pepe e lasciateli cuocere qualche minuto senza farli seccare perchè devono rimanere morbidi. Condite la pasta e aggiungete il formaggio.*

## Carciofi con le acciughe

- *Togliere le foglie a 12 carciofi, recuperando solo il cuori che andranno tagliati a piccoli spicchi. In una padella mettere 1/2 bicchiere d'olio e farli rosolare, a fuoco bassissimo, per 20 minuti. A questo punto unire 6 filetti di acciuga deliscate e ridotte a piccoli pezzettini; mescolare e far proseguire la cottura ancora per altri 15-20 minuti. Prima di togliere dal fuoco aggiungere un trito di prezzemolo ed il succo di 2 limoni. Questo piatto va consumato tiepido o freddo.*

## Carciofi ripieni

- *Scegliere dei carciofi grossi, ma ancor teneri; staccarli dal gambo e batterli sul tavolo di cucina dalla parte delle foglie, in modo che queste si allarghino. Lavarle, e farle sgocciolare. Preparare un impasto con: 3 cucchiaini di pangrattato; 2 di pecorino col pepe grattugiato o con peperoncino rosso; 1 cucchiaino di prezzemolo trito; 2 spicchi d'aglio tritato; 1 pizzico di sale; 1 acciuga salata, senza lisca e spezzettata. Mescolate fino a creare un impasto morbido anche con l'aggiunta di un filo d'olio.*
- *Riempire i carciofi premendo verso il cuore, con parte del composto, e sistemarli uno a fianco all'altro (con le foglie in alto) in un tegame sul cui fondo ci sia un dito d'acqua acidulata al limone; dare un filino supplementare d'olio ad ogni carciofo, mettere il coperchio e far cuocere a fuoco lento per 30 minuti dal bollire (controllare che l'acqua non evapori tutta).*
- *Varianti. In alcune famiglie non si adopera l'acciuga, ma al suo posto pezzettini di salsiccia cruda. In altre località non viene adoperato il formaggio, mentre tutti gli ingredienti vengono amalgamati in una padellina a caldo. Ma le « imbottiture » sono innumerevoli, variando usi e costumi da paese a paese.*



## *Carciofi con la salsa di San Bernardo*

## *Salsa di San Bernardo*

- *Tagliare ai carciofi (di piccola pezzatura) il gambo, e privarli delle foglie. Lessarli in acqua acidulata e salata, sgocciolarli e tagliarli in due spicchi. Spalmare un poco di salsa di S. Bernardo*
  - *tra i due spicchi, e farli ricombaciare, dando così la forma primitiva. Sistemati nel vassoio di servizio, costituiranno un magnifico primo piatto serale.*
- *In poco olio, fate dorare 100 gr. di mandorle spellate e sminuzzate e 50 gr. di mollica di pane. Pestate il tutto in un mortaio e versatelo poi in un tegame, nel quale aggiungerete qualche filetto di acciuga salata, grossolanamente tagliuzzato, un bicchiere scarso d'aceto, un cucchiaino di zucchero ed uno, raso, di cacao amaro. Fate cuocere il tutto per pochi minuti.*

## *Carciofi a brodetto*

- *I carciofi senza foglie vanno lessati, quindi sgocciolati e tagliati a spicchi; pesarne 1 Kg.*
- *Preparare 3 tuorli d'uovo che vanno battuti insieme a sale, pepe, il succo di 1 limone e prezzemolo trito; a parte battere gli albumi a neve. Mettere i carciofi in un tegame, a fiamma bassa, e versarvi i tuorli; mescolare bene perché tutti ne siano impregnati, e fino a quando cominceranno ad addensarsi; unire ora gli albumi, mescolare, e ritirare non appena questi si saranno imbiancati*

## *Carciofi alla villana*

- *Togliere ai carciofi le foglie più dure; col coltello rifilare le punte delle altre foglie lasciando così intatta, anche se ridotta, la forma del carciofo. Dovranno avere alcuni centimetri di gambo.  
In un tegamino a bordi alti mettere molto olio: appena è bollente tuffarvi i carciofi, prima col gambo in aria, poi da ogni lato (cuociono in 15-20 minuti); sgocciolati vanno conditi con sale e pepe.*

## *Carciofi arrostiti alla brace*

- *Battere i carciofi su un tavolo su pietra, perché le foglie si allarghino. In ogni carciofo (privo di peduncolo) si irrorà un filo d'olio, si spolvererà del sale, e si inserisce un trito di aglio e prezzemolo. I carciofi vanno messi in piedi sulla brace e lasciati cuocere per venti minuti, fino a quando si sente il tipico sfrigolare, e le foglie interne si afflosciano. Eliminate le foglie esterne bruciacchiate. le mani ancora mentre.*

## *Carciofi fritti*

- *Tagliare a spicchi i cuori dei carciofi, dai quali sono state eliminate completamente le foglie e le pelosità. Si fanno quindi lessare brevemente in acqua salata ed acidulata al limone. Appena sgocciolati si passano in uovo battuto e pan grattato e si friggono fino a doratura.*

## *Carciofi all'agrodolce*

- *Ricavare, togliendo le foglie, 1 Kg. di fondi di carciofi. Lessarli in acqua acidulata con sale e quindi tagliarli a spicchi; passarli ancora umidi nella farina, quindi friggerli, in olio. In un tegame mettere 1/2 bicchiere d'olio; una cipolla trita; 1 cucchiaino di capperi; una quindicina di olive verdi snocciolate; il cuore di un sedano tritato; una carota a piccoli dadini; sale; pepe e 1/2 bicchiere d'acqua. Mettere sul fuoco, e dal bollore far cuocere 10 minuti; aggiungere ora la polpa di 4 pomodori; 4 filetti di acciughe spinate; i carciofi fritti, e far cuocere a fuoco lento per 25 minuti. Aggiungere infine mezzo bicchiere d'aceto nel quale è stato disciolto un cucchiaino scarso di zucchero: mescolare velocemente; ancora pochi minuti di bollore, e togliere dal fuoco. Servire la specialità fredda o tiepida.*

## Sformato di carciofi

- *Pulire i carciofi eliminando le foglie e la parte pelosa interna; dividerli in 4; e lessarli per 15 minuti in acqua salata. Appena freddi sgocciolarli; passarli al setaccio; e pesare 500 gr. di questa purea che va sistemata in una terrina. Preparare fina salsa besciamella con 2 decilitri di latte, 1 cucchiaino di farina, e 30 gr. di burro; andrà mescolata alla purea. Soffriggere in un tegamino, con olio, 1/4 di cipolla tritata: appena prende colore si aggiungono 2 cucchiaini di prezzemolo trito. Il tutto va ancora nella terrina. Qui vanno ancora aggiunti: 4 uova battute; 2 cucchiaini di caciocavallo grattugiato; 1 tazzina di brodo (o sugo di carne); sale e pepe. Lavorare bene l'impasto, finché sarà del tutto omogeneo, quindi riporlo in una tortiera bene unta, sul cui fondo verrà sistemata una carta da forno. Passare in forno caldo per 15-20 minuti.*

## Ricetta Polpettine di carciofi

- *Ingredienti : 8 o 10 carciofi 2 uova 2 panini ammolati e ben strizzati oppure mollica di pane sbriciolata 2 cucchiari di formaggio grana grattugiato 1 spicchio d'aglio tagliato finemente prezzemolo tritato pepe nero sale q.b. pangrattato olio per friggere Preparazione : sfogliare i carciofi e trattenere soltanto i cuori. Metterli a bagno in una bacinella con acqua e 1 limone spremuto. Mettere sul fuoco una pentola d'acqua portare ad ebollizione e mettere i carciofi. Lasciate cuocere, scolare per bene e passateli al mixer qualche minuto con tutti gli ingredienti, (tranne il pangrattato ). Formate delle polpettine, comprimetele nel pangrattato e friggetele in olio caldo. Sono buone anche fredde. Si possono farcire con un dadino di mozzarella come ripieno prima di friggerle*