

IDEE PER RICEVERE

UN PIATTO

da maestra



PAOLA SGADARI
FA PARTE DELL'AICI
(ASSOCIAZIONE
INSEGNANTI DI
CUCINA ITALIANA).
È CONTITOLARE
DELLA SCUOLA DI
CUCINA ATELIER DEI
SAPORI DI MILANO.
È UNA DELLE
MAESTRE DELLA
COOK&BOOKS
ACADEMY.

Ogni mese, una professionista propone una ricetta d'eccezione, ma alla portata di tutti

A cura di Mariateresa Carlucci, foto di Maurizio Lodi

Carciofi in crosta di pasta sfoglia

Difficoltà **facile** Prep. 30'+riposo
Cottura 40' Calorie 360

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

pasta sfoglia 350 g circa / carciofi 6 /
prosciutto crudo 4 fettine / grana
padano grattugiato 2 cucchiaini /
prezzemolo tritato 1 cucchiaino /
aglio 1 spicchio / vino bianco secco
1 bicchiere / burro 1 noce / limone 1
/ uovo 1 / olio extravergine d'oliva /
sale, pepe

- 1 Pulite i carciofi, eliminate le foglie esterne più dure e tagliate le punte; tornite la base, lasciate 2 cm di gambo, eliminate il fieno, se c'è, e metteteli a bagno in acqua e succo di limone. Amalgamate il grana con il prosciutto e l'aglio tritati, il prezzemolo, il burro e una macinata di pepe. Scolate i carciofi, aprite un poco le foglie e distribuire il composto all'interno.
- 2 Sistemate i carciofi in un tegame dai bordi alti che li contenga in misura in un solo strato, in modo che restino in piedi con il gambo verso l'al-

to; unite 1/2 dl d'olio, il vino e tant'acqua quanto basta ad arrivare all'attaccatura del gambo. Salate, pepate, coprite, cuocete a fuoco moderato per 20 minuti e fate raffreddare.

3 Stendere la pasta in una sfoglia spessa circa 4 mm, tagliatela in 6 triangoli, abbastanza grandi da poter contenere ognuno un carciofo. Punzecchiateli con una forchetta e adagiate su ognuno un carciofo, freddo e leggermente strizzato. Avvolgete bene il carciofo nel triangolo di sfoglia fino a coprirlo completamente, come se fosse un fagottino, e chiudete bene tutti i lembi di pasta, premendoli con le mani leggermente inumidite. Eliminate la pasta in eccesso.

4 Adagiate i fagottini su una teglia coperta da carta forno, con la parte della chiusura rivolta verso il basso, e spennellateli con l'uovo sbattuto e filtrato. Ricavate tante foglioline, grandi come una monetina, dai ritagli di sfoglia usando un taglia biscotti sagomato, e applicatele sui carciofi impacchettati, come se fossero le foglie di un carciofo. Spennellate tutto con l'uovo sbattuto rimasto, applicate anche una specie di foglia alla base del gambo e lasciate riposare in frigo per almeno mezz'ora. Quindi infornate i carciofi a 180° per 20 minuti o fino a quando la pasta sarà diventata ben cotta e dorata.



MONDADORI SYNDICATION (2)

SENZA FIENO

* Per pulire bene i carciofi da cuocere interi, dopo aver eliminato le punte allargate le foglie con le mani ed estraete l'eventuale fieno, aiutandovi con uno scavino o un cucchiaino.



MIX PERFETTO

* Quando l'uovo serve a spennellare un cibo, unite mezzo cucchiaino scarso di sale prima di sbatterlo: così tuorlo e albume si amalgamano alla perfezione e non è necessario filtrarle prima dell'uso.

LA NOSTRA SCUOLA

COOK & BOOKS
ACADEMY
MONDADORI

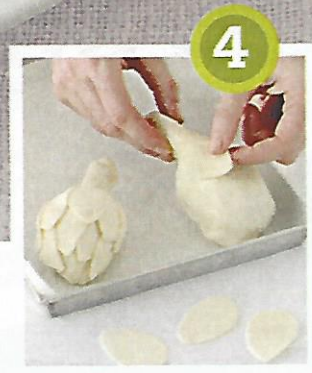
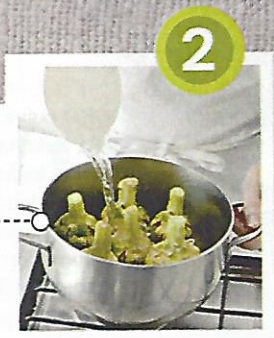
Paola Sgadari si alterna con altre insegnanti A.I.C.I. presso Cook&Books Academy, la scuola di Cucina Moderna in piazza Duomo a Milano.

Per scoprire i prossimi appuntamenti,

per iscrizioni e informazioni: www.corso-di-cucina.it
o www.facebook.com/CookBooksAcademy oppure 02 75423300.

IL TOCCO IN PIÙ

Se vi piace, potete accompagnare i carciofi con una salsa calda preparata con mezzo litro di besciamella arricchita con un tuorlo sbattuto e 2 cucchiari di pecorino grattugiato.



*** OCCHIO ALL'ACQUA**
Versatela poco alla volta
nel recipiente, in modo da non
far capovolgere i carciofi.