

# Il Carciofosso

Omaggio alla romanità

## Ingredienti

**2 carciofi**

**3 pezzi di ossobuco**

**Pinoli**

**Olio**

**Aglio**

**Sale**



## Preparazione

Iniziate a preparare i pinoli. Prendete una padella, versate i pinoli per farli tostare a fuoco basso, fino a quando non vedete che iniziano letteralmente “a sudare”.

Appena pronti, metteteli da parte. Adesso passate ai carciofi. Lavateli e puliteli togliendo le foglie più esterne e dure, controllando la presenza di pelo.



Tagliate a julienne i carciofi, e prima di cucinarli, prendete la padella dove avete fatto tostare i pinoli, e mettete a rosolare l'aglio nell'olio senza farlo bruciare.

A questo punto, aggiungete i carciofi e un po' di sale. Lasciateli cuocere a fiamma media e con un coperchio, per qualche minuto.

Aggiungete acqua se necessario, e continuate la cottura fino a quando non saranno cotti.

Nel frattempo dedicatevi anche alla carne. Rosolate in padella uno spicchio d'aglio nell'olio, dopodiché aggiungete la carne.

Salate, mettete un coperchio, e lasciate cuocere a fuoco basso per circa 20 minuti, o comunque fino a quando la carne non sarà cotta e morbida, girando di tanto in tanto.

Quando la cottura dell'ossobuco è pronta, prendete i pinoli che avete tostato e incorporateli bene ai carciofi oramai pronti.

Assemblate il vostro piatto e servite con un filo d'olio EVO.