

Arrosto di tacchino ai carciofini

L'**arrosto di tacchino ai carciofini** è un secondo piatto leggero e molto veloce da preparare, adatto a un pranzo fuori casa, come ad esempio al lavoro. Accompagnato da crostini di pane si può gustare anche come piatto unico.

L'**arrosto di tacchino ai carciofini** si può preparare con l'arrosto di petto di tacchino affettato che si trova in salumeria o al supermercato, ma anche affettando molto sottile un arrosto preparato in casa, per gustarne gli avanzi in modo originale e veloce.

INFORMAZIONI

- 2 persone
- **230Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **20 minuti**
- ricetta **light**
- si può **preparare in anticipo**
- si può **mangiare fuori**

INGREDIENTI

- 200 g di petto di tacchino affettato
- 4 rametti di prezzemolo
- Olio extravergine di oliva
- 1 limone
- Pepe nero macinato al momento
- 180 g di carciofini sott'olio (peso sgocciolato)

PREPARAZIONE

- Distribuire l'arrosto di tacchino in due piatti da portata. Se si utilizza un arrosto preparato in casa affettarlo molto finemente.
- Lavare il prezzemolo, tamponarlo con carta da cucina, selezionarne le foglie e tritarle finemente con la mezzaluna su un tagliere.
- In una ciotolina emulsionare l'olio con qualche goccia di limone appena spremuto.
- Spennellare l'arrosto, quindi unire una macinata di pepe e prezzemolo tritato a piacere.
- Scolare i carciofini, tagliarli a spicchi e disporli sull'arrosto, suddividendoli tra i due piatti.
- Servire con fette di pane abbrustolito.

STAGIONE

Ricetta per tutte le stagioni

AUTORE

Ricetta realizzata da Barbara Farinelli. Fotografia di Giovanni Caprilli. Tutti i diritti riservati.

I consigli di Barbara

Questo piatto si conserva per un giorno in frigorifero. Prima di gustarlo è bene però lasciarlo per una mezz'ora a temperatura ambiente.

