

Pasta con patate, carciofi e uova

La **pasta con patate, carciofi e uova** è un primo ricco, a base di verdure, ottimo anche come piatto unico in cui troviamo uno degli abbinamenti più riusciti della cucina italiana: i carciofi e le patate.

La **pasta con patate, carciofi e uova** va preparata e gustata al momento. Per la sua preparazione vanno bene tutti i tipi di carciofo, mentre le patate devono essere necessariamente a pasta gialla, molto sode e compatte.

INFORMAZIONI

- 2 persone
- **465Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **1 ora**

INGREDIENTI

- 2 carciofi
- 1 limone
- 200 g di patate a buccia rossa e pasta gialla
- 4 rametti di prezzemolo
- 50 ml di Brodo vegetale
- 1 cucchiaio di olio extravergine di oliva
- 1 spicchio di aglio
- Sale
- Pepe nero macinato al momento
- 1 uovo di gallina
- 1 cucchiaio di latte
- 20 g di Parmigiano Reggiano
- 150 g di pasta

PREPARAZIONE

- Per la pulizia dei carciofi preparare una ciotola d'acqua fredda in cui spremere il succo di limone e mettere anche i limoni spremuti. Fate attenzione che non finiscano nell'acqua i semi interni.
- Tenere un pezzo di limone sul tagliere di lavoro per sfregare i carciofi. Se ne dovete pulire molti alternate il pezzo di limone che utilizzate prendendone uno nuovo dalla ciotola. Pulire i carciofi uno alla volta e utilizzare guanti in lattice, altrimenti le mani si anneriranno.
- Lavare il carciofo, togliere le foglie dure più esterne fino ad ottenere i cuori formati solo da foglie chiare e tenere. Tagliare le punte, il gambo a 2-3 centimetri dall'attaccatura e sfregare con il limone le parti tagliate.
- Tagliare il carciofo a metà e poi a spicchi. Sfregare bene con il limone. Se è presente della peluria all'interno del carciofo eliminarla, quindi mettere gli spicchi nell'acqua acidulata.
- Prendere il gambo, conservare solo i primi 6-8 centimetri, pelarlo per eliminare lo strato più esterno. Affettarlo nello spessore di mezzo centimetro abbondante e mettere nell'acqua acidulata.
- Lavare le patate sotto acqua corrente, pelarle ed affettarle nello spessore di un centimetro circa, da cui ricavare dei cubetti.
- Lavare il prezzemolo, selezionarne le foglie e tritarle con la mezzaluna su un tagliere.
- Scaldare il brodo.
- Mettere in una capace padella antiaderente l'olio, l'aglio spellato e affettato e portarla sul fuoco. Far imbiondire l'aglio quindi toglierlo.
- Lasciar raffreddare per qualche istante l'olio fuori dal fuoco, unire i carciofi e farli saltare a fiamma vivace per un paio di minuti.
- Abbassare il fuoco, aggiungere il brodo, un pizzico di sale, una macinata di pepe e lasciar proseguire la cottura per 10 minuti, a fiamma medio-bassa, coperto. Trascorso il tempo indicato assaggiare: i carciofi devono essere cotti, ma ancora sodi. Spegnerne, spolverizzare con il prezzemolo tritato e coprire.
- Nel frattempo sbattere l'uovo in una ciotola con il latte, il Parmigiano, una macinata di pepe e un pizzico di sale.
- Lessare la pasta assieme alle patate in abbondante acqua salata e, poco prima di scolare, aggiungere mezzo mestolo di acqua di cottura nella padella dei carciofi, quindi accendere il fuoco.
- Saltare la pasta scolata a fiamma vivace per qualche minuto, girando di frequente.
- Spegnerne il fuoco, unire l'uovo, mescolare bene e servire immediatamente.

PASTA DI ABBINAMENTO IDEALE

linguine, spaghetti, bucatini.

STAGIONE

Gennaio, febbraio, marzo, dicembre

AUTORE



VARIANTE VEGETARIANA

Utilizza un formaggio da grattugia vegetariano al posto del Parmigiano Reggiano.

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