

Coratella con carciofi



Eccoci qui con un'altra ricetta per mio marito... la coratella con i carciofi, un piatto tipico della cucina romana. Tradizionalmente è il piatto re della colazione di Pasqua... si avete letto bene si mangia a colazione... :0 non vi dico la mia reazione, la prima volta che mio marito mi

ha detto questa cosa...

Io, però la preparo come secondo va, che mi sa che è meglio ☐

Vi dico come l'ho preparata.

Ingredienti:

- 1 coratella d'abbacchio quindi cuore, fegato e polmoni
- 3 carciofi
- 1 cipolla
- vino bianco secco
- succo di mezzo limone
- olio extravergine d'oliva
- acqua o brodo
- 1 spicchio di aglio
- 1 foglia di alloro
- sale
- pepe

Procedimento

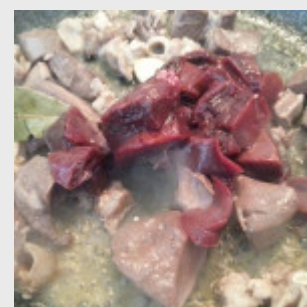


Inizio col pulire i carciofi, tolgo le foglie più dure, l'eventuale barba all'interno e le punte e taglio tutto a pezzetti, li immergo in acqua e un po' di succo di limone.

Passo ora alla carne, taglio anche questa a pezzetti piccoli e lascio separate le varie tipologie di carne perchè avranno tempi di cottura diversi.

Trito grossolanamente anche la cipolla e la faccio imbiondire in padella con dell'olio.

Bene passo ora alla cottura dei carciofi, li metto in una casseruola con un po' d'olio, sale e pepe e faccio andare a fuoco basso aggiungendo, di tanto in tanto, un po' di acqua.



Nella padella con la cipolla aggiungo la coratella partendo dal polmone, con olio ed anche qui un po' di acqua, dopo circa 10 min aggiungo il cuore; dopo ancora un quarto d'ora circa, aggiungo il resto della carne e per ultimo il fegato. Sfumo con un bicchiere di vino bianco. Lascio cuocere continuando a bagnare, se occorre, con dell'acqua.



Quando sarà tutto cotto unisco carciofi e coratella e condisco, lascio cuocere per altri 5 minuti in modo da far insaporire il tutto.

Servo caldo con una fogliolina di menta e

volendo uno spruzzo di succo di mezzo limone.

