

CONTORNI

Cuori di carciofi fritti

DOSI

6 persone

PREPARAZIONE

20 min

COTTURA

6 min

■ Ingredienti per 6 persone

Cuori di carciofo in scatola	400 g
Olio per friggere	

PER LA PASTELLA

Farina	125 g
Olio d'oliva	2 cucchiai
Albumi d'uovo	2
Prezzemolo tritato	3 cucchiai
Sale	1 pizzico

■ Preparazione

- 1 Prepare la pastella: setacciate la farina e il sale sopra un'insalatiera. Fate una fontana nella farina e versatevi l'olio e 15 cl di acqua tiepida.
- 2 Mescolate portando gradualmente la farina verso il centro: la pasta deve prendere la consistenza di una crema densa. Eventualmente aggiungete ancora un po' di acqua tiepida.
- 3 Lasciate riposare per trenta minuti. Al momento di iniziare la cottura montate gli albumi a neve e incorporateli delicatamente alla pastella. Aggiungete il prezzemolo tritato senza schiacciare la miscela.
- 4 Scaldate l'olio a 170 gradi. Sgocciolate i cuori di carciofo e asciugateli accuratamente. Immergeteli nella pastella, sgocciolateli e disponeteli nel cestello della friggitrice.
- 5 Fate friggere i cuori di carciofo per due minuti circa, voltandoli a metà cottura. Sgocciolateli, asciugateli e serviteli.