

Aghinares me koukià

Carciofi con fave

Difficoltà 

Reperibilità alimenti 

Ingredienti

1kg di fave (fresche), 6 carciofi, 1 1/2 tazza d'olio, 5 cipolline fresche tagliate a fette, 1 mazzetto di aneto tritato, 2 limoni, sale, pepe

Preparazione

Pulite le fave intorno. Buttate le bucce nel caso che siano mature. Lavatele. Pulite i carciofi togliendo il gambo e tutte le parti dure delle foglie. Grattateli internamente (dopo aver tagliato le estremità delle foglie) per togliere i pelini. Strofinateli con il limone per non farli annerire e lasciateli nell'acqua. Mettete le cipolline con l'olio in un tegame e fatele rosolare, aggiungete l'aneto e i limoni. Versate 2 tazze d'acqua e unite le fave e i carciofi. Salate, pepate e lasciate bollire a fuoco medio per circa 90 minuti.

Note:

Se non disponete di fave fresche, si possono utilizzare anche le fave surgelate.