



Mangiate e bevete ma non sprecate (Araf 31)
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Ricette di cucina

Scatolata di Carciofo

Enginar Konservesi



4 carciofi freschi
1 cucchiaino di sale
1 cucchiaino sale di limone
Mezzo limone

- # In una ciotola si mette l'acqua.
- # Carciofi si mettono dentro l'acqua calda e si cucina circa per 3 minuti.
- # Poi si filtrano bene.
- # Dopo si inserisce nel barattolo di 1lt insieme con sale di limone e sale.
- # Sopra si aggiunge l'acqua calda. Parte sopra si lascia spazio di 1 cm. Poi il coperchio si coperta strettamente.
- # Pentola si riempisce con l'acqua fino a metà. Quando inizia a bollire si inseriscono i barattoli preparati. Parte superiore dei barattoli arrivano sotto.
- # Dopo 1 ora si levano dall'acqua e si mette su uno straccio pulito.
- # Dopo aver freddato si mette ad una parte ombra e si può conservare circa per un anno.

Nota: Il coperchio di barattolo si deve piegare per un po' nel momento di bollimento e freddamento.