

## SUGO APPETITOSO AI CARCIOFI

Ingredienti per 8 persone:

- 1500 g di carciofi
- 1 cipolla
- 350 g di pomodori
- 1 spicchio di aglio
- 20 cl di vino bianco secco
- 2 limoni
- 1 rametto di prezzemolo
- olio d'oliva
- sale
- pepe

Togliete ai carciofi le foglie esterne, che sono piuttosto dure e legnose, eliminate quindi le spine, pelate i gambi e riducete tutto a fettine sottili.

Ponete i carciofi, man mano che li tagliate, in una terrina piena d'acqua acidulata col succo dei limoni e lasciateli a bagno per alcuni minuti.

Tritate finemente la cipolla, servendovi della mezzaluna, e fatela soffriggere dolcemente in un tegame con tre cucchiaini d'olio d'oliva, per 3-4 minuti.

Aggiungete quindi uno spicchio d'aglio, anch'esso tritato finemente, e mescolate con un cucchiaino di legno.

A questo punto mettete nel tegame i carciofi, ben scolati e asciugati sommariamente con un canovaccio, il sale necessario e una macinata di pepe e lasciate cuocere a calore moderato per 5 minuti.

Bagnate gli ortaggi col vino bianco, chiudete il recipiente con un coperchio e proseguite la cottura per 15-20 minuti, o fino a quando saranno ben cotti e teneri.

Pochi minuti prima di toglierli dal fuoco cospargeteli con il prezzemolo tritato e date una mescolata.

Se non intendete usare la salsa in giornata, versatela ancora bollente in vasi di vetro, bagnate la superficie con un filo d'olio, poi chiudete i recipienti e capovolgeteli su un piano in modo da favorire l'autosterilizzazione.

Lasciate raffreddare prima di riporre i vasi in un luogo fresco e scuro, dove la salsa si conserverà al massimo per due settimane.