

TRIGLIE CON CARCIOFI

Ingredienti per 4 persone:

- 1000 g di triglie,
- 200 g di fagioli cannellini,
- farina,
- 1 rametto di dragoncello,
- 2 foglie di salvia,
- 1 ciuffo di cerfoglio,
- 1 cipolla,
- 1 cipollina,
- 6 cucchiaini di olio d'oliva,
- 1 cucchiaio di aceto di vino,
- 1 pizzico di sale,
- pepe.

Tenete a bagno una notte i fagioli e poi cuoceteli per un'ora abbondante in acqua con una cipolla media, due foglie di salvia, un rametto di dragoncello e un ciuffo di cerfoglio.

Pulite le triglie, lavatele, asciugatele, infarinatele e rosolatele velocemente in un tegame con tre cucchiaini d'olio scaldato. In una ciotola emulsionate con una piccola frusta tre cucchiaini d'olio con uno d'aceto, unite la cipollina tritata finemente, un pizzico di sale, pepe.

Versatela sui fagioli sgocciolati.

Mescolate con delicatezza.

Disponete le triglie con intorno i fagioli su un piatto da portata tenuto in caldo.

Servite subito.