

# RICETTE DELLA SETTIMANA :

## CARDI

### Cardi delicati

Ingredienti:

**1 kg Cardi**

**½ Bicchiere Latte**

**½ Bicchiere Panna Liquida**

**Abbondante Formaggio Grattugiato**

**Burro**

**Sale**



FACILE 😊

– Mondate i cardi, tagliate le coste a pezzetti di circa cinque centimetri ed eliminate tutti i filamenti. Lessateli in abbondante acqua salata lasciandoli sobbollire per circa tre quarti d'ora. Scolateli bene, disponeteli in una pirofila, distribuite sulla superficie il burro a fiocchetti, versate mezzo bicchiere di latte e cuoceteli a calore basso per mezz'ora circa. Quindi aggiungete mezzo bicchiere di panna e lasciate addensare per una decina di minuti o poco più. Ritirate dal fuoco, passate su un piatto da portata caldo, cospargete i cardi con abbondante formaggio e servite subito.



**MENG**  **ZZI**  
AZIENDA AGRICOLA BIOLOGICA

## Cardi Fritti

Ingredienti:

**1 kg cardi**  
**2 uova**  
**farina**  
**abbondante olio d'oliva**  
**sale**



VELOCE 😊

- Mondate i cardi, tagliate le coste a pezzetti di circa cinque centimetri e lessatele, facendole sobbollire per circa un'ora. Scolatele bene e stendetele su un telo da cucina a raffreddare. Preparate la pastella con le uova, la farina, il sale e poca acqua. Immergetevi un po' di cardi alla volta e friggeteli in abbondante olio. Asciugate su carta da cucina e servite subito.



**MENG**  **ZZI**  
AZIENDA AGRICOLA BIOLOGICA