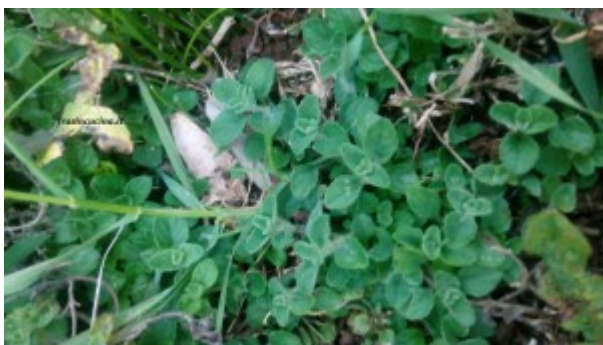


Pasta con i carciofi



Il carciofo è un ortaggio molto utilizzato nella cucina laziale, in questa ricetta ve lo proponiamo come condimento per una pasta semplice e veloce, ottima per il pranzo a lavoro.

Attenzione però... quando si parla di carciofi per noi ciociari un ingrediente che non può mancare è la “mentuccia” che dona al piatto il profumo tipico dei carciofi alla romana! La mentuccia non è la menta e non è la menta romana, cresce spontanea nei campi, a volte viene anche chiamata [nepitella](#). I nostri amici Ciociari che ci seguono sanno bene di cosa sto parlando ma per chi non l’avesse mai usata vi consiglio di provare!



Ingredienti per 2 persone

250 g di pasta corta

3 carciofi

100 g di pancetta a cubetti

olio evo

mentuccia

1 limone

La prima cosa da fare nella preparazione di questa ricetta è pulire i carciofi. Preparate subito una ciotola con acqua fredda e il succo di un limone, in modo che i carciofi puliti non anneriscano.

Pulire i carciofi eliminando le foglie più esterne e la punta. Tagliare ogni carciofo a metà ed eliminare la peluria interna, ritagliare poi a spicchi. Mettere i carciofi puliti nell'acqua con il limone e lasciare ammollo per un'oretta, poi lavare sotto l'acqua corrente.

Rosolare la pancetta con un filo di olio, aggiungere i carciofi, la mentuccia, e un bicchiere di acqua. Salare e cuocere a fuoco lento per 20/30 minuti, fin quando non sono diventati morbidi. Durante la cottura se necessario aggiungere un altro po' di acqua, Nel frattempo portare ad ebollizione l'acqua e cuocere la pasta. Scolare al dente e ripassare nel condimento.

Se i carciofi sono troppi, lasciateli da parte e utilizzateli come ripieno degli [involtini di pollo](#) o di una squisita [omelette](#)!

[Torna alla Home](#)

[Vedi altre idee per il pranzo al lavoro](#)

[Vedi tutte le ricette](#)