

NONNA ADA IN CUCINA: I Cardi

Inviato da Marista Urru
venerdì 19 ottobre 2007

Cardi gratinati

1kg di cardi, burro od olio, parmigiano, limone, farina e sale

Dalle mie parti ora si trovano ottimi cardi. So che vengono ormai poco usati, eppure sono gustosi e , pare ricchi di ferro.

Puliteli usando un coltello con cui sfilacciare le coste, tagliarle a pezzi, lessarle in abbondante acqua salata nella quale avrete messo una cucchiata di farina, per mantenerli bianchi, e qualche goccia di succo di limone. Scolateli un poco al dente, poneteli in una pirofila leggermante imburrata, io uso olio d'oliva; ponete i cardi a strati, cospargendo ogni strato di parmigiano e con qualche ricciolo leggero di burro , anche qui, metto poco parmigiano , e debbo eliminare il burro, per raggiunti limiti di età. Terminate l'ultimo starto con burro fuso (un filo di olio) e parmigiano . Per fare la crosticina, a questo parmigiano aggiungo un poco di sottile pangrattato. Bastano pochi minuti di forno.

Cardi con salsiccia

cardi, olio, 2 etti salsiccia (meglio luganica), parmigiano, limone, farina

Preparati i cardi lessi come nella precedente ricetta, metteteli in una pirofila leggermente unta (burro o olio), e ponete sui cardi pezzi di salsiccia precedentememnte bollita e sgrassata, parmigiano, un filo di olio, bagnare col mezzo bicchiere di latte, e forno.

Cardi al pomodoro

1kg di cardi, polpa di pomodoro, olio , due limoni, cipollina, maggiorana, sale e pepe

Ancora il solito procedimento della prima ricetta, i cardi lessati al dente, dopo scolati cospargeteli di maggiorana e di succo di limone, mentre insaporiscono , tritate la cipollina, e aggiungete la salsa di pomodoro, sale e pepe, fate cuocere almeno un quarto d'ora e poi buttate nella pentola i cardi, rigirate per qualche minuto per insaporirli.

Cardi in teglia

Dopo lessati, infarinateli leggermante, buttateli in padella con un poco di olio di oliva, fateli soffrigger sale e pepe, rosolateli bene , a quel punto un paio di uova che prima avevato ben frullato con una cucchiata di parmigiano e qualche goccio di latte, la gettate nel tegame, girando bene, in modo che l'uovo si cuoccia restando cremolato ed evitando l'effetto frittata. Sono sbrigativi comodi, secondo e contorno, due in uno.