

LE RICETTE DI MAMMA MARIOLINA

Fagioli con i cardi selvatici

Se non avete i cardi selvatici, (gureu).... provate con quelli coltivati
!!!



Difficoltà
facile



Quantità
4 persone



Tempo
60 minuti

Ingredienti

- Cardi - 4
- fagioli - 500 g o un barattolo pronti
- sugo - un bicchiere o 10 pomodorini
- sale - q.b.
- olio q.b.

Preparazione

I cardi selvatici si raccolgono in questo periodo in campagna, sono amari, ma se li cucinate così diventano dolci e piacevoli!!! Prima di tutto si puliscono i cardi. Si tolgono le spine e tutti i filamenti. Poi fatti a piccoli pezzi si mettono nell'acqua con limone per evitare di annerirsi. (Quando lo pulite, bagnate spesso le mani con un mezzo limone, così non diventeranno nere!!! Altrimenti usate i guanti) Se non avete i cardi selvatici, usate quelli coltivati. Sono meno amari. In un tegame fate bollire dell'acqua salata e vi mettete i cardi già a pezzetti. Da quando inizia il bollore, li lasciate per 5 minuti e subito li scolate. In un recipiente mettete un filo d'olio e vi versate i cardi. Fate rosolare un attimo e poi vi aggiungete dei fagioli già lessati. Se non li avete freschi basta un barattolo pronto. Aggiungete un bicchiere di sugo o una decina di pomodorini tagliati a pezzetti. Salate e pepate e portate a cottura. Lasciate i cardi un po' al dente. A chi piace, può aggiungere anche un bel po' di cipolla!!!!

