



Microonde: Carciofi gratinati - [Visualizza sul sito](#)  
di Sconosciuto

4 carciofi romani  
2 cucchiai di panegrattato  
1 spicchio di aglio  
1/2 bicchiere di olio  
un po' di prezzemolo  
sale

Pulire i carciofi togliendo tutta la parte dura e divideteli in due parti uguali.  
Preparate un impasto con il pane, aglio, prezzemolo, un po' di sale e metà dell'olio.  
Disponete in una teglia rotonda i carciofi a circolo, mettendo la parte più tenera verso il centro, riempiete l'interno del carciofo con l'impasto versate sopra l'olio rimasto mettere due cucchiai di acqua o brodo e cuocete per 15 minuti a massima potenza, lasciare riposare per 5 minuti e servire.

eCucinando.it