

- 1 9 8 8 -

♦ GLI ORTI ♦

DI VIA ELISA



Garmugia di primavera

Ingredienti per 4 persone

3 cipolline fresche

il cuore di 2 carciofi puliti e tagliati finemente

gr.250 di pisellini in buccia

gr 250 di fave in buccia

gr. 100 di punte di asparagi a tocchetti

100 gr di carne di vitella tritata magra

50 gr di prosciutto crudo tagliato a listarelle

4 fette di pane casalingo tostato

100 gr olio extravergine d'oliva

sale e pepe q.b.

Preparazione

In un capiente tegame far rosolare nell'olio le cipolle tritate, il prosciutto e la carne di vitello, quindi aggiungere dopo averli sbucciati, i piselli, le fave, le punte di asparagi, i carciofi.

Salare e pepare.

Continuare a rosolare il tutto per 5 - 10 minuti e portare a cottura (circa 30 minuti) aggiungendo acqua o brodo di carne.

Servire la garmugia in una fondina sopra il pane tostato aggiungendo un giro di olio extra vergine di oliva delle Colline Lucchesi.