



il biricoccolo

fattoria sociale e CSA



il biricoccolo

fattoria sociale e CSA

### Ingredienti:

1 cardo piccolo pulito  
2 topinambur medi  
2 spicchi di aglio  
Prezzemolo tritato  
Olio extravergine  
Succo di un limone  
2 uova  
Brodo vegetale qb  
Parmigiano reggiano qb  
Sale marino integrale fino  
Pepe  
Fette di pane abbrustolite

## Minestra di cardi e topinambur

*Mondare e pulire i cardi avendo cura di eliminare i filamenti, tagliare a pezzetti di 2 cm e lessarli per 10 minuti in acqua salata e acidulata per evitare l'inscurimento, scolarli. Nel frattempo spellare i topinambur e affettarli, cuocerli in acqua salata per circa un'ora e scolarli. In un tegame scaldare l'olio con l'aglio tritato, versare nel soffritto le verdure, fare rosolare alcuni minuti e quindi aggiungere il prezzemolo e il brodo (o acqua), regolare di sale quindi proseguire la cottura per altri 10 minuti. Sbattere le uova con un pizzico di sale e una abbondante macinata di pepe, aggiungere la il parmigiano, prezzemolo e il succo di limone, mescolare e versare nella zuppiera, versare sull'uovo la zuppa bollente, mescolare velocemente e servire subito accompagnata dal pane tostato.*



### Ingredienti:

5-6 topinambur medi  
250 gr di salsa di pomodoro  
2 cucchiari di olio extravergine  
2 cucchiaini di timo tritato  
1 bicchiere di vino rosso  
1 bicchiere di brodo vegetale  
4 spicchi d'aglio  
Sale marino integrale fino  
Pepe

## Topinambur al timo

*Precuocere i topinambur mondati e tagliati a pezzetti una mezz'ora in acqua salata, scolarli quindi saltarli in una padella con olio d'oliva, aggiungendo gli spicchi d'aglio tritati. Dopo 5 minuti, versare il vino rosso il brodo vegetale e la salsa di pomodoro. Condire con timo, sale e pepe. Mescolate e cuocete a fiamma bassa fino a quando i topinambur non risulteranno morbidi e il pomodoro cotto (circa 15-20 minuti), aggiungendo ancora un po' di brodo vegetale o di salsa di pomodoro, se notate che il liquido di cottura si sta riducendo troppo. Servire caldo.*

