Insalata di carciofi, sbriciolata di Luganiga Ticinese, Grana Padano e rucola

Cosa ti occorre (per 4 Porzioni)

- 320g Luganighe Ticinesi
- 8 carciofi
- q.b. limone
- 240g Grana Padano senza crosta
- 160g rucola già lavata
- q.b. olio extravergine d’oliva
- q.b. pepe

Preparazione

1. Pulire i carciofi eliminando le foglie esterne più dure e le punte, dividerli a metà, privarli del fieno e tagliarli a spicchietti sottili.

2. A mano a mano che si puliscono immergerli in acqua acidulata col succo di limone per non farli ossidare.

3. Tagliare il grana a lamelle.

4. Sgocciolare i carciofi, asciugarli bene con carta da cucina, mescolarli con le scaglie di Grana Padano e distribuirli in 4 piatti.

5. Privare le Luganighe Ticinesi del budello e sbriciolarlo.

6. Scaldare 4 cucchiai di olio d’oliva in una padella antiaderente e far rosolare per 5-6 minuti tenendole ben sbriciolate con un cucchiaio di legno.

7. Quando sono ben dorate e croccanti distribuirle nei piatti su carciofi e Grana, guarnire ogni porzione con la rucola, condire con una macinata di pepe e servire.