



Junge Artischocken an Kräuter-Knoblauchsauce

Auch bei jungen, kleinen Artischocken fällt beim Rüsten einiges von dieser feinen Blütenknospe weg: Der Boden muss knapp über dem Stielansatz weggeschnitten werden, die äussersten 2-3 Schichten der Blätter sind zäh und müssen ebenfalls entfernt werden und auch die Blattspitzen sind zäh und müssen weggekappt werden. Dabei fällt gut ein Drittel der Knospe weg.

Bei jungen Artischocken ist das Herz, der verdickte Teil des Blütenkelchs, noch recht klein, dafür sind die inneren Blätter noch schön zart.

Zutaten (1 Vorspeise)

4-6 Junge Artischocken
1 Knoblauchzehe
1/2 Bund glatte Petersilie
1 Zweig frischer Rosmarin
1El Zitronensaft
1dl Weisswein
30g Butter
1dl Bouillon (vegetabil)
Pfeffer

Zubereitung

Weisswein in eine Schüssel geben und Zitronensaft zugeben.

Artischocken wie eingangs beschrieben rüsten und sogleich in den Weisswein geben, darauf achten, dass sie ringsum benetzt sind, da sich sonst die Schnittflächen verfärben.

Butter in der Bratpfanne schmelzen, Petersilie und Knoblauch hacken und zugeben, 2-3

Minuten bei kleiner Hitze dünsten. Artischocken mit dem Weisswein zugeben, aufkochen und die Bouillon zugeben. Den Rosmarinzweig dazulegen und 20 Minuten zugedeckt leicht köcheln lassen.

Anrichten:

Artischocken herausheben und auf einem Teller anrichten. Mit etwas Sauce umgiessen.



