



Artischocken an einer leicht pikanten Peterli-Kapern-Vinaigrette

Die Vinaigrette ist von einfacher Machart: Glatter Peterli (Prezzemolo), Kapern, Ei, Olivenöl und weisser Balsamico. Für den pikanten Part sorgt Piment d'Espelette. Mit dieser aromatischen, aber nicht sehr scharfen Chili-Sorte aus dem französischen Baskenland lässt sich die Schärfe sehr gut dosieren. Die Vinaigrette soll den feinen Geschmack der Artischocke nicht überdecken.

Beim Rüsten der Artischocken verfärben sich die Schnittflächen sehr schnell. Um das zu verhindern legt man sie sogleich in eine Mischung aus Weisswein, Zitronensaft und Wasser. Diese ist zugleich der Sud, in dem die Artischocken nachher gegart werden.

Zutaten (1 kleine Portion)

4-5 junge Artischocken
1,5dl Weisswein
1,5dl Wasser
1El Zitronensaft
 Salz

Vinaigrette:

2 handvoll italienischer Peterli
2El Kapern
1 Ei
4El Olivenöl
2El weisser Balsamico
1/2Tl Piment d'Espelette
 (oder nach Geschmack)
 Salz

<i>Die Vinaigrette ist für 1 Portion sehr reichlich bemessen, sie lässt sich jedoch gut einige Tage kühl lagern und kann einfach zu einer Salatsauce erweitert werden.</i>

Zubereitung

Zuerst die Vinaigrette zubereiten, sie sollte mindestens 1 Stunde ziehen.

Ei hartkochen.

Peterli fein hacken (Wiegenmesser). Kapern unter kaltem Wasser abspülen und hacken. Ei in kleine Würfel schneiden.

Alles zusammen mit Olivenöl und Balsamico vermischen. Mit Salz und Piment d'Espelette abschmecken. 1 Stunde ziehen lassen, danach eventuell etwas nachwürzen.

Weisswein, Wasser, Zitronensaft vermischen und mässig salzen.

Oberer Teil der Artischocken gut 1cm breit abschneiden. Schnittfläche sogleich mit etwas Wein-Zitronenwasser bestreichen. Die äusseren 3-4 Blattschichten abschälen. Den Artischockenboden soweit abschneiden, dass die Blätter noch zusammenhalten. Gerüstete Artischocken sogleich ins Wein-Zitronenwasser legen.

Eine Pfanne vorheizen. Artischocken mit dem Wein-Zitronenwasser eingiessen und zugedeckt ca. 20-25 Minuten köcheln lassen. Die Artischocken müssen nicht ganz mit Wasser bedeckt sein. Sie sind gar, wenn sich die äusseren Blätter mit einem spitzen Messer leicht einstechen lassen.

Artischocken mit einem Löffel (oder Schaumkelle) herausheben und etwas abtropfen lassen. Sud und Artischocken auskühlen lassen. Die Artischocken schmecken besonders gut, wenn sie noch ein bisschen warm sind.

2-3 Esslöffel vom Sud unter die Vinaigrette mischen.

Vinaigrette auf einem Teller zu einem Spiegel anrichten und die Artischocken darauflegen. Zum Schluss wenig Vinaigrette über die Artischocken träufeln.



