

Artischocken mit Dip

Zutaten für: 4 Personen (Vorspeise)

Für die Artischocken:

4	Stück	Artischocken (a 400g)
1	Stück	Bio Zitrone
1	Stück	Lorbeerblatt
10	Stück	Pfefferkörner
3	TL	Meersalz

Für den Dip:

2	EL	Mayonnaise
2	EL	Crème fraîche
1	Stück	Schalotte
1	EL	Petersilie frisch gehackt
2	EL	Olivenöl
1	TL	mittelscharfer Senf
2	TL	frischer Zitronensaft
1	TL	Meersalz



Zubereitungszeit ca.: 50 Minuten

Zubereitung:

Einen großen Topf, in dem die Artischocken Platz finden, mit Wasser befüllen. Das Salz, Lorbeerblatt und Pfefferkörner in den Topf geben. Die Zitrone halbieren, in das Wasser pressen und die halbe Frucht in den Topf geben.

Die Artischocken unter Wasser waschen, dabei die Blätter etwas nach außen biegen und anschließend ausschütteln.

Die äußersten Blätter entfernen und den Stiel herausbrechen. Den Boden tournieren (in Form schneiden) und die Schnittstellen mit Zitrone abreiben.

Wenn das Wasser kocht, die Artischocken mit dem Boden nach unten hinein geben.

Mit geschlossenem Deckel und leicht köchelndem Wasser die Artischocken ca. 20-40 Minuten garen (je nach Größe). Sobald man mit einer Gabel leicht in den Boden stechen kann, ist die Artischocke fertig. Am besten mit einer Kochzange aus dem Wasser nehmen und etwas abkühlen lassen.

In der Zwischenzeit bereiten wir den Dip zu!

Dafür die Schalotte schälen, sehr fein würfeln und in eine Schüssel geben.

Die gehackte Petersilie zusammen mit den restlichen Zutaten in die Schüssel geben und verrühren, bis eine cremige Sauce entstanden ist.

Die Sauce auf vier Schälchen verteilen und zusammen mit den Artischocken servieren. Ich reiche gerne noch etwas Baguette dazu.

Noch einen Hinweis zum Essen: Die Blätter von außen nach innen abzupfen, einzeln in die Vinaigrette eintunken und nur den weichen unteren Teil essen. Sobald nur noch ganz feine Blätter und Haare zu sehen sind, diese mit einem Teelöffel oder kleinem Messer entfernen und den Boden genießen, dieser ist der beste Teil.