

Artischocken (2 Personen)

2 Stück Artischocken gross oder 4 kleine
1 Stück Zitrone
Salz

ZUBEREITUNG

- Von der Zitrone 4 dünne Scheiben abschneiden. Restliche Zitrone auspressen.
- Die Artischocken unter fliessendem Wasser gründlich spülen. Dann die Artischockenstiele mit einem scharfen Messer abschneiden und die Böden sofort mit etwas Zitronensaft bestreichen.
- Mit einem grossen Zackenmesser das oberste Drittel der Artischockenblätter abschneiden.
- Reichlich Salzwasser mit den 4 Zitronenscheiben aufkochen. Die Artischocken hineingeben und auf kleinem Feuer je nach Grösse und Alter der Früchte **30-45 Minuten** kochen lassen.
- Sie sind gar, wenn sich die Blätter mühelos herauszupfen lassen.
- Die Artischocken herausnehmen und gut abtropfen lassen, indem man sie einen Moment auf den Kopf stellt.
- Mit den Saucen servieren.

DAZU PASST

- Senf-Kräuter-Sauce
- Sauce Bernaise
- Sauce Hollondaise