

„Silvia kocht“ - wochentags um 14.00 Uhr in ORF 2

Fotocredit: Simeon Baker



Eferdinger Artischocke mit Rucola und Hartkäse

Koch: Michael Brummeier

Zutaten

(4 Personen)

Für die Artischocken

- 4 Artischocken
- 2 Zitronen
- 1/8 l Weißwein
- Wasser
- Salz
- Pfeffer

Für die Beilage

- 1 rote Paprika
- 1 gelbe Paprika
- 1 Zucchini (gelb oder grün)
- 1 Bund Jungzwiebeln
- 12 Kirschparadeiser
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Thymianzweig
- 1 Bund frische Petersilie (gehackt)
- 2 EL kalte Butter
- Salz
- Pfeffer

Quelle: ORF extra

Für den Salat

- 250 g Rucola
- dunkler Balsamicoessig
- Olivenöl

Für die Garnitur

- 100 g Hartkäse oder Bergkäse

Zubereitung

- 1.** Für die Artischocke zuerst zwei Zitronen halbieren, von der Mitte je 2 Scheiben abschneiden, den Rest auspressen und die ausgepressten Zitronenhälften aufheben.
 - 2.** Nun einen großen Topf, in dem alle Artischocken Platz haben, mit Wasser befüllen und den Weißwein, etwas vom Zitronensaft, ein wenig Salz und Pfeffer sowie die Zitronenscheiben begeben und alles aufkochen lassen.
 - 3.** In der Zwischenzeit die Artischocken waschen, den Artischockenstiel direkt am Boden ebenmäßig abschneiden (gegebenenfalls die äußeren trockenen Blätter abzupfen) und das obere Drittel der Blüte mit einem Messer abschneiden. Anschließend sofort alle Schnittflächen der Artischocken mit den Zitronenhälften einreiben.
- Tip:** Eventuell die äußeren, stacheligen Blattspitzen mit einer Schere abschneiden.
- 4.** Nun die Artischocken bei geschlossenem Deckel je nach Größe etwa 30-40 Minuten auf kleiner Flamme köcheln lassen. Die Artischocken sind fertig, wenn sich die Blätter leicht abziehen lassen und eine Messerspitze mühelos in den Boden gleitet.
 - 5.** Währenddessen die rote und die gelbe Paprika, die Zucchini, die Jungzwiebeln und die Kirschartischocken in grobe Würfel oder Dreiecke schneiden und den Knoblauch hacken. Danach zuerst das Gemüse und nach kurzer Zeit auch den Knoblauch mit einem Thymianzweig in einer Pfanne in etwas Olivenöl anschwitzen.
 - 6.** Das gebratene Gemüse nun mit etwa drei bis vier Schöpfkellen vom Sud der Artischocken ablöschen, die gehackte Petersilie begeben und die Artischocken hineinlegen. Den Fond mit kalter Butter binden.
 - 7.** Zum Schluss den Rucola waschen und mit dunklem Balsamicoessig und Olivenöl marinieren. Ein wenig vom Gemüse auf einem flachen Teller anrichten, je eine Artischocke daraufsetzen und ein wenig vom Sud darüber träufeln. Den marinierten Rucola darauflegen und mit geriebenem Hartkäse garnieren. Servieren und genießen.

Quelle: ORF extra