



Crostini und Artischocke

Rezepte vom LAISEACKER



Zutatenliste (für 4 Personen):

1 Ciabatta-Baguette mit Oliven, 2-3 Artischocken, 200g Cocktailtomaten, 1 Rote Zwiebel, 1 Handvoll Basilikum, 2 EL Olivenöl-Zitrone, 3 EL Balsamico Essig, 1 EL Balsamico Creme, 1TL Senf, 1 TL Zucker, 1 Knoblauchzehe, Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Die Artischocken abspülen und die äußeren harten Blätter abzupfen. In einem Topf genug Wasser kochen bringen. Das obere Drittel der Artischocken abschneiden und die Artischocken in das kochende Wasser geben. Einen Topfdeckel umgekehrt zum Beschweren auf die Artischocken legen, damit diese komplett mit Wasser bedeckt sind. Bei geringer Hitze circa 30 Minuten garkochen.
2. Währenddessen die Tomaten waschen und in Viertel schneiden. Die Viertel ggf. nochmals halbieren, sodass kleine Tomatenwürfel entstehen.
3. Den Basilikum grob hacken und die Zwiebeln in feine Ringe schneiden. Die krossen Baguette-Scheiben mit Knoblauch einreiben und auf einen Teller geben. Die Artischocken abgießen und kurz auskühlen lassen. Dann die Blätter langsam voneinander lösen, sodass eine Rose entsteht. Die Artischocken auf einem Teller anrichten.
4. Die Blätter der Artischocke können nun abgezupft werden und in die Tomaten-Balsamico Vinaigrette getunkt werden. Dabei ist nur der untere Teil der Blätter, in dem das Fruchtfleisch ist, verzehrbar. Einfach mit den Zähnen das Fruchtfleisch heraus ziehen.
5. Das Herz der Artischocke vom Heu befreien und in feine Stücke schneiden.
6. Die mit den Zwiebeln auf eine Scheibe Crostini geben und die Tomatenvinaigrette darüber geben. Mit Balsamico-Creme verfeinern und genießen.

Viele weitere tolle
Rezeptideen finden Sie auf
www.laiseacker.de

Guten Appetit