| AUFWAND | KOCHDAUER | SAISON | HERKUNFT |
|---|---|---|---|
| klein | 40 Min. | ganzjährig | Frankreich |

# ARTISCHOCKEN IM TÖPFCHEN



## KURZ VORGESTELLT

Zitrone und Thymian toppen die Artischocken aufs Mediterranste. Zu Frites légères, Fisch oder gegrilltem Fleisch.

## ZUTATEN (4 PERSONEN)

| | | | |
|---|---|---|---|
| 600 g | Artischocken, kleine | 1 | Zitrone, Abrieb und Saft |
| 1 | Zwiebel | 3 dl | Weisswein |
| 4 Zehe | Knoblauch | 0.3 Bd | Thymian |
| 6 EL | Olivenöl | | Salz, Pfeffer aus der Mühle |

## ZUBEREITUNG

1. Kleine Artischocken zubereiten. (Mit vorgekochten Artischocken vereinfacht sich das Gericht und die Zubereitungszeiten verkürzen sich deutlich.)
2. Zwiebel schälen und hacken. Im Olivenöl schmoren. Gehackter Knoblauch zufügen und weiterschmoren. Den Zitronensaft und die Artischocken zugeben und 10 Min. schmoren.
3. Den Ofen auf 180° C vorheizen. Den Weisswein, die Zitronenzeste und den Thymian zugeben und noch einige Min. schmoren. Abschmecken.
4. Die geschmorten Artischocken mit dem Saft in die Schmortöpfchen geben und 20 Min. backen. Heiss servieren.

Rezept: Lissa Streeter. Mini-Cocottes. Les Éditions Culinaire 2008 - Foto: compactcook.com