



Beilage oder vegetarischer Hauptgang

Artischocken mit Kartoffeln

Rezept für 4 Personen

Zutaten:

Legende: TL = Teelöffel, EL = Esslöffel, MSP = Messerspitze, dl = Deziliter (1/10), cl = Centiliter (1/100)

6 Stück Artischocken, rüsten und die Herzen in Stücke schneiden (halbieren).
400 gr Kartoffeln, in gleichmässige Würfel schneiden
Salz und Pfeffer aus der Mühle
4 EL Olivenöl, kalt gepresst
4 Zehen Knoblauch
1 EL Petersilie, fein gehackt

Zubereitung:

Backofen	Den Backofen auf 180 Grad vorheizen
Gratinform oder Bräter Kartoffeln	Das Olivenöl in den Bräter geben. Die Kartoffeln darauf ausbreiten und im vorgeheizten Backofen, ohne Deckel, ca. 15 Minuten backen.
Artischockenherzen	Die Artischocken nach ca. 5 Minuten Bratzeit erst begeben (brachen weniger Zeit als die Kartoffeln). Am Ende der Garzeit, das Bratgut auf oberster Stufe des Backofens, unter der Heizschlange, noch etwas bräunen lassen.
Salz, Pfeffer, Aromat	Das Gemüse würzen und mit Petersilie bestreuen.

Tipp:

Dieses Gericht kann auch in einer Kasserolle zubereitet werden. Auch hier gilt, die Artischocken erst nach gut 5 Minuten Garzeit hinzufügen.