

Gebratene Artischocke

Für 2 Portionen

4 Artischocken (frisch)	1 Zitrone	ein Bund Blattpetersilie
200 g Oliventapenade	100 ml Olivenöl	100 g Mandeln (gehobelt)
1 Bund Rucola	1 Knoblauchzehe	2 Zweige Rosmarin
Salz, Pfeffer		

Mandelblättchen in einer Auflaufform im Backofen bei 160°C Umluft ca. 8 Minuten hellbraun rösten. Von den Artischocken die äußeren Blätter abzupfen, bis der Übergang zum dünneren Stielansatz freigelegt ist. Anschließend den Stielansatz und die oberen zwei Drittel der Blüte abschneiden, mit einem Kugelausstecher das „Heu“ herauskratzen, verbliebene harte Blattreste an der Außenseite der Artischockenböden mit einem Messer entfernen und die fertig geputzten Böden direkt in eine Schüssel mit Wasser und reichlich Zitronensaft legen. Artischockenböden je nach Größe in ca. acht Spalten schneiden und in einer Pfanne mit Olivenöl, abgezupften Rosmarinnadeln und einer angedrückten Knoblauchzehe bei mittlerer Hitze braten und mit Salz abschmecken. Geröstete Mandelblättchen grob zerbröseln, mit der Oliventapenade verrühren, Olivenöl einrühren und großzügig mit Pfeffer abschmecken. Rucola leicht mit Olivenöl und Salz marinieren, zusammen mit den Artischockenspalten auf Tellern anrichten und mit dem „Oliven-Mandel-Pesto“ beträufeln.

Alexander Herrmann am 25. Februar 2014