

Artischocken-Carpaccio mit Garnelen

Für 4 Personen:

2 große Artischocken	12 Garnelen	5 halbgetr. Tomaten
100 ml Gemüsebrühe	4 EL Olivenöl	2 EL Dill
1 Limette	Salz, Pfeffer, Zucker	Zitronensaft

Das Dressing zubereiten: Brühe mit dem Saft der Limette verrühren, mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Das Olivenöl hinzufügen, cremig rühren. Fein gehackten Dill einrühren.

Artischocken gründlich außen und in Zwischenräumen waschen, abtropfen lassen. Stielansätze entfernen; am besten über eine Tischkante brechen, sodass harte Fasern aus dem Blütenboden gelöst werden. Trockene Außenblätter entfernen.

Das obere Drittel der Artischocken abschneiden. Übrige Blattansätze und harte Stellen rund um den Blütenboden wegschneiden. Im Inneren des Bodens sitzt das ungenießbare Heu; mit einem Kugelausstecher oder einfacher mit einem Teelöffel entfernen.

Übrig bleibt das Artischockenherz. Es wird mit einem Gemüsehobel in feine Blättchen gehobelt. Wer hat, nimmt einen Trüffelhobel. Die Blättchen im Dressing wenden. Sie sollen schön knackig bleiben.

Marinierte Blätter auf einem Teller anrichten, Garnelen und Tomaten darauf verteilen. Da Artischocken sich schnell verfärben, am besten sofort mit frischem Brot genießen.

Tipps:

Halten Sie Zitronensaft bereit. Reiben Sie Schnittstellen der Artischocken zügig ein, sonst entstehen unschöne Farben.

Wer kleine Artischocken verwendet, kann sie vierteln und für wenige Minuten in Olivenöl anbraten. Wer mag, träufelt das Dressing darüber.

Häufig werden Artischocken mit Pasta oder kurzgebratenem Fleisch kombiniert. Auch beliebt: In Dips aus Tomate, Curry oder in eine Vinaigrette tunken. Dazu Artischocken-Böden weich kochen, Blätter ablösen, dippen und auslutschen.

Für diese Vorspeise werden die Garnelen kurz in Olivenöl angebraten und gewürzt.

Basilikum und Co. haben Dill den Rang abgelassen. Entdecken Sie den aromatischen Geschmack von Dill neu. Kaufen Sie die gefiederten Blättchen stets frisch.

test Juni 2011