Artischocken trifolati

dg: g-sg

4 Personen Beilage

4 mittlere Artischocken
1 Zitrone, Saft für Zitronenwasser
2 EL Olivenöl
1 Knobli, gehackt
Salz & Pfeffer
1 dl Chardonnay, nonbarrique
Liscio, gehackt

Artischocken bis auf ihr Herz schälen, den Stiel belassen und schälen. Die Herzen sechsteln, grosse achteln und sofort in Zitronenwasser legen.
Abtrocknen salzen & pfeffern und mit Knobli in Olivenöl dünsten.
Mit Wein ablöschen und zugedeckt 20 Minuten köcheln.
Eventuell Abschmecken und grosszügig Liscio einstreuen.

Mundet auch kalt.