



## Fühlingsartischocken

Für 4 Personen als Beilage oder Vorspeise

**Von 1,5 kg möglichst kleinen, jungen italienischen Artischocken** den oberen Drittel mit einem Zackenmesser abschneiden. Dann die Artischocken abblättern, bis die Blätter zarter und heller werden. Wenn die Artischocken Stiele besitzen, diese grosszügig schälen. Die Früchte je nach Grösse halbieren oder vierteln.

**4 Knoblauchzehen** schälen und in Scheibchen schneiden. **2 Bund glattblättrige Petersilie** fein hacken.

In einem weiten Topf **1 dl Olivenöl** erhitzen. Artischocken, Knoblauch und Petersilie hineingeben und unter gelegentlichem Wenden, gut 5 Minuten dünsten.

Dann **knapp 1 dl Weisswein** dazugiessen und alles mit **Salz sowie Pfeffer** würzen. Zugedeckt auf kleinem Feuer während etwa 15 Minuten weich garen.

Von Zeit zu Zeit die Flüssigkeit kontrollieren; wenn sie eingekocht ist, etwas Weisswein nachgiessen. Am Schluss soll dieser aber praktisch vollständig eingekocht sein.

Das Artischockengemüse mit **wenig Zitronensaft** sowie wenn nötig mit Salz und Pfeffer abschmecken.