

## Rezept

# Artischockensalat mit Portwein-Mayonnaise

Ein Rezept von Artischockensalat mit Portwein-Mayonnaise, am 25.03.2023

## Zutaten

2 Zitronen	6 junge Artischocken
2 Knoblauchzehen	Salz
2 TL Kräuter der Provence	1 EL gehackter Estragon
2 EL Sonnenblumenöl	weißer Pfeffer
4 Eier	1 Radicchio
ca. 1 EL Weißweinessig	8 in Öl eingelegte Sardellenfilets
1 Eigelb	1 EL Weißweinessig
1 TL Dijon-Senf	120 ml Sonnenblumenöl
Salz	weißer Pfeffer
ca. 1 EL frisch gepresster Zitronensaft	2-3 EL weißer Portwein

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 485 kcal

## Zubereitung

1. Für den Salat die Zitronen auspressen. Die Artischocken putzen, vierteln, das Stroh und holzige Teile entfernen, die Stiele großzügig schälen. Artischocken in Zitronenwasser (1 l Wasser mit 3 EL Zitronensaft) einlegen, damit sie sich nicht dunkel verfärben.
2. Den Knoblauch schälen und halbieren. Salzwasser mit Knoblauch, Kräutern der Provence und 5 EL Zitronensaft aufkochen und die Artischocken darin 7-10 Min. zugedeckt bei mittlerer Hitze garen, bis sie weich sind. In ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Estragon, 2 EL Zitronensaft und das Öl verrühren, mit den Artischocken mischen, mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Die Eier nach Belieben wachweich (5-6 Min.) oder hart (8-10 Min.) kochen. Den Radicchio putzen, zerpfücken, dabei acht Blätter ganz lassen, Rest zerzupfen, alle Blätter waschen und trocken schleudern. Die zerzupften Blätter in Streifen schneiden und mit den Artischocken mischen. Mit Essig, Salz und Pfeffer nochmals abschmecken.
4. Für die Mayonnaise das Eigelb, Essig und Senf verrühren. Zuerst 50 ml Öl tropfenweise, dann in dünnem Strahl den Rest zulaufen lassen, jeweils gründlich mit einem Schneebesen unterschlagen. Mayonnaise mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken und mit soviel Portwein verrühren, dass sie etwas flüssiger wird.
5. Ganze Radicchioblätter auf vier Teller verteilen und die Artischocken darauf anrichten. Die Eier pellen, halbieren und mit den Sardellenfilets auf dem Salat verteilen. Mayonnaise über den Salat träufeln. Dazu schmeckt Knoblauchbrot.