

Rezept

Junge Artischocken mit Tomaten und Knoblauch-Schnittlauch-Mayonnaise

Ein Rezept von Junge Artischocken mit Tomaten und Knoblauch-Schnittlauch-Mayonnaise, am 21.05.2025

Zutaten

frisch gepresster Saft von 1 Zitrone	8 Mini-Artischocken (Sorte »Spinoso sardo
Salz	1 Knoblauchzehe
1 Bund Schnittlauch	1 zimmerwarmes Ei (Größe M)
100 ml Olivenöl	1 Msp. Senf
Pfeffer aus der Mühle	8 sonnengereifte Tomaten

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 295 kcal

Zubereitung

1. Reichlich kaltes Wasser und Zitronensaft in eine Schüssel geben. Die Artischocken waschen und die oberen Blattspitzen ca. 2 cm abschneiden. Die äußeren Blätter abziehen, den Stiel abschneiden. Die Artischocken in das Zitronenwasser geben, damit sie sich nicht verfärben.
2. In einem Topf ca. 2 l Wasser zum Kochen bringen, salzen. Darin die Artischocken ca. 15 Min. bei geringer Hitze kochen.
3. Inzwischen für die Mayonnaise Knoblauch schälen und durch die Presse drücken. Schnittlauch abrausen, trocken schütteln und klein schneiden. Das Ei trennen. Das Eigelb mit den Quirlen des Handrührgeräts schaumig rühren. Dann das Öl tröpfchenweise unter ständigem Rühren dazugeben. Knoblauch und Senf unterrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Das Eiweiß steif schlagen und mit dem Schnittlauch unter die Mayonnaise heben.
4. Die Tomaten waschen und in dünne Spalten schneiden, dabei die Stielansätze entfernen. Die Artischocken abgießen und kalt abschrecken, leicht abkühlen lassen, vierteln. Tomaten und Artischocken mit der Knoblauch-Schnittlauch-Mayonnaise auf Tellern anrichten.