Artischocken à la barigoule

Kategorie: Beilage/Gemüse

Rezept Nr.: 393

Portionen: 4

Zutaten	Mengen		Bemerkungen
Artischocken	12	Stück	kleine
Zwiebeln	2	Stück	mittel
Karotte	1	Stück	klein
Thymianzweig	1	Stück	
Knoblauchzehe	0,5	Stück	
Olivenöl	0		
Weißwein	0,15	Liter	trocken

Zubereitung

1. Artischocken putzen. Zwiebeln schälen und in dünne Scheiben schneiden, Karotten putzen und in Würfel schneiden. Den Knoblauch fein hacken.

2. 2 EL Olivenöl in einem passenden Topf heiß werden lassen, den Boden mit den Zwiebelscheiben bedecken und die Karotten und den Knoblauch dazu geben. Kurz anlaufen lassen, dann die Artischocken mit der Spitze nach oben nebeneinander auf das Zwiebelgemüse setzen, nochmals mit 2-3 EL Olivenöl begießen, salzen, pfeffern und den Thymian darüber rebeln. Mit dem Weißwein und der gleichen Menge Wasser begießen. Topf zudecken und bei kleiner Hitze 1 - 1/2 Stunden schmoren. Die Sauce sollte praktisch verdampft sein und die Artischocken sehr weich sein ("geschmolzen").

Als Vorspeise oder als Beilage zu Gebratenem und Gegrilltem.

Variante: Mit den Zwiebeln etwas kleingewürfelten, geräucherten Bauchspeck anbraten und am Ende etwas Petersilie zugeben.

© ea für