

# Artischocken mit Tomatenvinaigrette



## Zutaten für zwei Personen:

2 kleinere oder eine große Artischocke

2 Zitronen

## Tomatenvinaigrette:

2 EL Weißweinessig

Salz, Pfeffer aus der Mühle

1 TL sehr fein geschnittene Schalotten (optional)

1 EL frisch gehackte Kräuter aus dem Garten, z.B. Basilikum, Petersilie, Minze, Thymian etc.

6 EL Olivenöl

1-2 mittlere Tomaten

1. Von den Artischocken den Stiel abbrechen und dabei die harten Fasern aus dem Artischockenherz herausziehen.

2. In einem großen hohen Topf ca. 3 Liter Wasser mit 1 TL Salz, 1/2 TL Zucker und dem Saft von 2 Zitronen zum Kochen bringen.

3. Artischocke(n) darin 45 Minuten köcheln.

4. Zu den Artischocken die Tomatenvinaigrette als Dip reichen.

## Tomatenvinaigrette:

1. Tomaten überbrühen, abziehen, vierteln, entkernen und würfeln.

2. Weißweinessig, Salz, Pfeffer gut vermengen, eventuell mit einem Milchaufschäumer mixen.

3. Dann das Olivenöl dazumixen.

4. Zum Schluss die gewaschenen und gehackten Kräuter sowie die Tomatenwürfel unterheben.

5. 30 Minuten ziehen lassen, am besten während die Artischocken kochen.

## Hinweise:

Optional auch noch Schälchen mit Mayonnaise als weiteren Dip bereitstellen.

## Schlagworte:

leicht, Zubereitung ca. 15 min, Gesamtzeit ca. 60 min, Vorspeisen, Gemüse, vegetarisch, italienisch

Rezept und Foto: Walter  
Stand 26.01.2019