

## Artischocken-Gröstl

6 Artischocken, frisch	2 Schalotten	300 g kl. Kartoffeln (Drillinge)
1 Zitrone	1 Bund Rucola-Salat	2 Knoblauchzehen
1 Zitrone	1 Zweig Rosmarin	2 EL schwarze Oliven
2 EL Butter	Olivenöl	Meersalz
Pfeffer		

Die Kartoffeln halbieren und in einem Topf mit gesalzenem Wasser, bei mittlerer Hitze langsam garkochen, herausnehmen und gut ausdampfen lassen.

Anschließend mit den Schnittflächen nach unten in eine große, beschichtete Pfanne mit wenig Öl geben, bei mittlerer Hitze hellbraun anbraten, gezupfte Rosmarinnadeln und 1 EL Butter zugeben, aufschäumen lassen, gut durchschwenken, mit Salz und Pfeffer würzen und vom Herd nehmen.

Von den Artischocken die äußeren Blätter abzupfen, bis der Übergang zum dünneren Stielansatz freigelegt ist.

Anschließend den Stiel etwa 2-3 cm unterhalb des Artischockenbodens und die oberen zwei Drittel der Blüte abschneiden und mit einem Kugelausstecher das Heu herauskratzen. Die verbliebenen harten Blattreste an der Außenseite der Artischockenböden mit einem Messer entfernen und dabei mit einem kleinen Messer den verbliebenen Stielansatz der Artischocke schälen.

Die fertig geputzten Artischocken direkt in eine Schüssel mit Wasser und reichlich Zitronensaft (oder etwas Knödel-Weiß Pulver) legen, damit sie nicht oxidieren.

Die Schalotten schälen und in dünne Spalten (Sechstel oder Achtel) schneiden. Die Knoblauchzehen schälen und halbieren.

Jeden Artischockenboden je nach Größe vierteln oder sechsteln, auf Küchentrepp trockentupfen, die Segmente in einer Pfanne mit etwas Olivenöl hellbraun braten, die Schalottenspalten, Knoblauchzehen zugeben, eine halbierte Bio-Zitrone mit den Schnittflächen nach unten mit in die Pfanne legen, mit anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen.

Wenn alles gut geröstet ist, 2 EL Oliven zugeben, nochmals gut durchschwenken und vom Herd nehmen.

Den Rucola waschen, trocken schütteln und in einer kleinen Schüssel mit einem Schuss Olivenöl und einer Prise Salz marinieren.

Die Rosmarinkartoffeln aus der Pfanne nehmen und auf den Tellern anrichten, das Artischocken-Gröstl dazwischensetzen, den marinierten Rucola darüber fallen lassen und mit dem Schmorzitronensaft beträufeln oder auf jeden Teller eine halbe Schmorzitrone setzen damit sich jeder selbst das Gröstl mit dem Saft beträufeln kann.

Alexander Herrmann am 28. Januar 2025