

GEFÜLLTE ARTISCHOCKE



BIERTIPP:
Rieder Honig Bier



ZUTATEN

- 4 Artischocken
- 1 kleine Zucchini
- 1 kleine Melanzani (Aubergine)
- 100 ml Olivenöl
- 150 ml Tomatensauce
- 2 Scheiben Weißbrot
- Etwas frische Kräuter (zum Garnieren)
- 1 kleine Fenchelknolle

Für die Creme:

- 1 Packung Frischkäse (z. B. Philadelphia)
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Sardellenfilets
- Saft von 1 Zitrone
- 100 ml Olivenöl

ZUBEREITUNG

Artischocken putzen und in leicht gesalzenem Wasser weich kochen. Anschließend abtropfen lassen.

Weißbrot in kleine Würfel schneiden und im Ofen oder in der Pfanne knusprig rösten. Zucchini, Melanzani und Fenchel klein schneiden. In Olivenöl anbraten (anschwitzen), bis das Gemüse weich ist. Danach mit Tomatensauce vermengen und kurz ziehen lassen. Das fertige Gemüse in die Artischocken geben. Mit frischen Kräutern garnieren.

Creme zubereiten

Frischkäse, Knoblauch, Sardellenfilets, Zitronensaft und Olivenöl in einen Mixer geben und zu einer glatten Creme mixen.

Die gefüllten Artischocken mit der Creme toppen oder daneben servieren.

**MAHLZEIT UND
GUTES GELINGEN!**

OÖ KOCHT MIT SILVIA SCHNEIDER | JEDEN SA AB 18 UHR | EXKLUSIV AUF LT1!

