

Artisjokken uit de pan



Ingrediënten

Ingrediënten voor 10 porties:

1,5 kg Ardo diepgevroren artisjokharten

150 ml olijfolie

4 teentjes knoflook, in dunne plakjes gesneden

100 g Ardo diepgevroren gehakte peterselie

2 citroenen (sap en zeste)

1 theelepel zout

1 theelepel zwarte peper

200 ml witte wijn

50 g geraspte Parmezaanse kaas (optioneel)

1 theelepel chilivlokken (optioneel)

Bereidingswijze

1. Laat de artisjokbodems ongeveer 20-30 minuten op kamertemperatuur ontdooien.
2. Verhit de olijfolie in een grote koekenpan op middelhoog vuur. Bak de knoflook ongeveer 2-3 minuten, tot deze goudbruin en geurig is. Haal de knoflook uit de pan en zet apart.
3. Voeg de ontdooide artisjokharten toe aan dezelfde pan. Bak ze op middelhoog tot hoog vuur en schep ze af en toe om, tot ze rondom goudbruin zijn. Dit duurt ongeveer 8-10 minuten.
4. Bestrooi de artisjokken met zout, zwarte peper en chilivlokken (indien gebruikt). Meng goed, zodat de kruiden gelijkmatig over de artisjokken worden verdeeld.
5. Giet de witte wijn in de pan en laat nog 3-4 minuten koken, zodat het vocht licht kan inkoken.
6. Doe de knoflook terug in de pan en voeg de diepgevroren gehakte peterselie van Ardo toe. Bak nog 2 minuten en meng goed.
7. Haal de pan van het vuur en voeg het citroensap en de citroenzeste toe voor een frisse toets.
8. Bestrooi de artisjokken voor het serveren met geraspte Parmezaanse kaas voor extra smaak.
9. Schep de artisjokken op een serveerschaal en serveer als aperitiefhapje of bijgerecht.

Allergenen

Milk

