

# Italienische Rezepte

## Artischocken nach römischer Art

Gattung: Artischocke, Kochen, Italien, Kalt, Vorspeise

---

8 Artischocken; schön,  
- fleischig, mittelgross  
und rundlich  
Zitronensaft  
Knoblauch  
Petersilie

Pfefferminzblättchen  
Salz  
Pfeffer  
Olivenöl  
2 dl Weisswein

---

In Rom habe ich letztes Jahr am liebsten Carciofi alla romana gegessen, die warm oder kalt, als Vorspeise oder Gemüsebeilage serviert werden. Können Sie mir sagen, wie man diese Spezialität macht?

Ich kann Ihnen das Rezept geben, das eine Freundin von mir von ihrer römischen Putzfrau bekommen hat.

Bei diesem Gericht ist es wichtig, dass man die Artischocken mit einem scharfen Messer so gut rüstet, dass nur das zarte Fleisch zurückbleibt, das man weich kochen kann. Die Stiele dranlassen und nur ihre äußere zähe Haut abschälen.

Dann legt man die Artischocken sofort in kaltes Wasser, das mit reichlich Zitronensaft vermischt ist, damit sie nicht schwarz werden.

Dann hackt man Knoblauch, Petersilie und Pfefferminze und drückt das Gemisch zwischen die Blätter des Gemüses, das man abgetrocknet und mit Pfeffer und Salz eingerieben hat.

Man erhitzt das Olivenöl in einem Kochtopf, legt die Artischocken mit dem Stiel nach oben hinein, dünstet sie ein wenig und füllt dann mit Weißwein und Wasser bis zur Hälfte auf.

Zugedeckt auf kleinstem Feuer dreißig bis sechzig Minuten köcheln lassen.