

Podere Riparbella

Agriturismo ecologico

Agricoltura biologica

58024 Massa Marittima, Italia

T +39 0566 91 55 57

www.riparbella.com



Penne con carciofi freschi

Penne mit frischen Artischocken

Zutaten für 4 Personen

4 kleine violette Artischocken gut putzen und in Zitronenwasser einlegen bis zur Verwendung, dann Artischocken halbieren und längs in Scheiben schneiden, etwa sechsteln.

6 EL Olivenöl erwärmen, die Artischocken sanft anbraten,

1 gehackte Knoblauchzehe dazugeben und mit

2 EL Weisswein ablöschen. Mit

Salz und Pfeffer würzen und leise braten, bis sie gar sind.

2 EL gehackte Petersilie erst am Schluss dazugeben.

In der Zwischenzeit

350 – 400 g Penne knapp gar kochen, abgiessen (dabei etwas Kochwasser auffangen), zurück in die Pfanne geben, mit

6 EL Olivenöl mischen.

Drei Viertel der Artischocken darunterziehen.

Das Ganze zugedeckt zwei Minuten ziehen lassen, wenn es zu trocken ist, etwas Kochwasser dazugeben.

Die restlichen Artischocken beim Anrichten darübergerben.

ARTISCHOCKEN

Es gibt zwei ganz verschiedene Arten von Artischocken: die dicken, kugeligen mit Heu im Innern und die kleinen, länglichen, violetten, die kein Heu haben, wenn sie jung genug sind.

In der Maremma werden die länglichen, violetten angebaut, auf dem Markt findet man sie je nach Sorte von Dezember bis Juni.

ARTISCHOCKEN PUTZEN IST NICHT SCHWIERIG!

Die oberen zwei Drittel! der Distelblüte mit einem guten Messer abschneiden, ebenso den Stiel. Diesen können Sie schälen, das Innere kleinschneiden und mitverwenden. Bei der Artischocke brechen Sie rundherum die Blätter ab, bis die hellen, zarten zum Vorschein kommen. Schnitt- und Bruchstellen mit einer Zitrone einreiben und ins Zitronenwasser legen. Fertig!