

Keitetyt latva-artisokat

Keitetyt latva-artisokat ovat herkullinen kasvisruokailijan vaihtoehto esimerkiksi rapuillallisilla.



AINEKSET

1 artisokka / hlö

LIMETTIAIOLI 4-6 HENGELLE

1 dl kevytmajoneesia

1 dl ranskankermaa

1 limetin raastettu kuori ja mehu

1 valkosipulinkynsi

2 tl sinappia

ripaus suolaa

Valmistusaika: 10 minuuttia



1 HLÖ



45-60 MIN

- 1** Murra artisokan varsi poikki pöydänkulmaa vasten, niin kuidut lähtevät varren mukana. Jos käytät veistä, sitkeät kuidut jäävät kukkapohjukseen.
- 2** Keitä latva-artisokkia suolalla maustetussa vedessä noin 30–45 minuuttia. Veden on peitettävä latva-artisokat kokonaan, muuten ne tummuvat.
- 3** Nosta latva-artisokka lämpimänä ruokailijan lautaselle ja tarjoa se limettiaiolin tai sitruunalla maustetun voin kanssa.
- 4** Syö artisokka irrottamalla suomut yksi kerrallaan, dippaa aioliin tai sitruunavoihin ja nautiskele sormin hampaiden välistä vetäen. Lopulta lautasesi on herkullinen artisokanpohja. Nyhtäise siitä parta irti ja nautiskele herkkupala viimeiseksi veitsellä ja haarukalla.

HELPPO LIMETTIAIOLI

- 1** Sekoita majoneesi ja ranskankerma.
- 2** Mausta kastike limetinkuoriraasteella, -mehulla, sinapilla ja ripauksella suolaa.
- 3** Anna maustua jääkaapissa



Resepti Ruokatoimittaja Tiina Rantanen