

Kappes & Bananen



Rezepte für jeden Geschmack

Artischocken mit Zitronendip

2 Artischocke(n)

1 EL Zitronensaft

Salz

1 Joghurt

2 EL Sahnequark

1 Zitrone(n), den Saft

Salz

½ Bund Zitronenmelisse

Zitronenpfeffer

Den Stiel der Artischocken abbrechen und sofort mit Zitronensaft beträufeln, damit er nicht braun wird. Die braunen Blätterspitzen abschneiden und die Artischocken in Salzwasser ca. 40-45 Minuten garen, abtropfen lassen.

Für den Dip die Melisse fein hacken und dann in die angerührte Soße, bestehend aus dem Joghurt, dem Sahnequark, dem Saft der Zitrone und dem Zitronenpfeffer, geben.

Alle Zutaten gut miteinander vermischen, verrühren und abschmecken.

Die Artischockenblätter abzupfen, in den Dip tauchen und das Fleisch `rauszuzeln