

ARTISCHOCKEN MIT SAUCE BEARNAISE

Rezept von www.daskochbuch.eu



Zutaten für 2 Portionen:

- 2 Artischocken
- Zitronensaft

Sauce Béarnaise:

- 1 Handvoll Estragon
- 1 Handvoll Kerbel (ersatzweise Petersilie)
- 1 Zwiebel
- 2 Eigelb
- 70 g flüssige Butter
- 6 EL Weißwein
- 4 EL Weißweinessig

- Salz
- Pfeffer

Zubereitung:

Zwiebel schälen und klein schneiden. Estragon und Petersilie waschen, Estragon abrebeln, bei der Petersilie die dicken Stiele entfernen.

Die Stielenden der Artischocken abschneiden damit sie gut stehen können, alle Blätter mit der Schere einkürzen bis die roten Innenblätter sichtbar werden. Schnittstellen mit Zitronensaft bepinseln damit sie nicht schwarz werden. Wasser in einem großen Topf zum Kochen bringen, salzen, etwas Zitronensaft ins Kochwasser geben und die Artischocken hineinsetzen. Hitze reduzieren und zugedeckt ca. 45 Minuten köcheln lassen.

Für die Sauce Béarnaise Zwiebel, Weißwein, Essig, Estragon, Petersilie und gemahlene Pfeffer in einen Topf geben und so lange köcheln lassen, bis nur noch etwa 1/3 der Flüssigkeit vorhanden ist. Den Gewürzsud durch ein Sieb gießen, Gewürze mit einem Löffel gut auspressen. Den Sud abkühlen lassen.

Eigelbe in einen Topf geben, den abgekühlten Gewürzsud dazugießen und im Wasserbad unter ständigem Rühren erwärmen (Es bilden sich Bläschen und Schaum). Mit dem Schneebesen kräftig weiterrühren bis die Sauce eindickt. Wenn sie eine cremig-dicke Konsistenz hat, den Topf aus dem Wasserbad nehmen. Abgekühlte, flüssige Butter tröpfchenweise unter ständigem Schlagen mit dem Schneebesen hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die gegarten Artischocken mit einer Schaumkelle aus dem Wasser nehmen und kopfüber abtropfen lassen. Auf Tellern anrichten, mit Zitronenscheiben und Sauce Béarnaise servieren.

TIPP: Zum Essen zupft man die Blätter mit den Fingern aus der Artischocke, taucht die unteren Enden in die Sauce Béarnaise und lutscht sie aus. Wenn die äußeren Blätter abgezupft sind, reißt man die Innern ab (die geben nicht viel her) bis man zum Heu kommt. Das Heu wird mit Messer und Gabel entfernt (kann man gut abschaben), danach ist der leckere Artischockenboden freigelegt, den man mit Messer und Gabel verzehren kann.