



Carciofi gratinati

Perciatellini laziali alla norma

Tonno alla messinese

Fritelle di arance con fichi d'india

CLUB KOCHENDER MÄNNER
4310 RHEINFELDEN

Zutaten:

Zubereitung:

Carciofi gratinati

8 Stk. kleine Artischocken
1 EL Zitronensaft
Salz

Artischocken waschen, Stil entfernen, grosszügig Blätter abschneiden. Einen Topf mit Wasser und Zitronensaft bereit stellen.

Artischocken durch Stil halbieren und sofort in den Topf mit Zitronenwasser legen, damit sie nicht braun werden. Dann Wasser salzen und aufkochen. Die Artischocken zugedeckt 15 - 20 Minuten garen.

75 g Pecorino gerieben
2 EL Semmelbrösel
6 EL Sahne
1 Stk. Knoblauchzehe
Pfeffer
Butter
3 EL Semmelbrösel
3 EL Butter

Ofen auf 225°C vorheizen. Den Pecorino mit den Semmelbrösel und der Sahne vermischen. Knoblauch schälen und durch die Presse dazudrücken. Mit Pfeffer würzen.

Die Artischocken angießen und abtropfen lassen. Mit der Käsemischung füllen und in eine beibutterte hitzebeständige Form legen. Mit 3 EL Semmelbrösel gleichmässig bestreuen und Butter in dünnen Scheiben darauf verteilen.

Die Form in den Ofen schieben und die Artischocken etwa 15 Minuten überbacken, bis Butterbrösel leicht gebräunt sind.

2 Zweige Oreganon
3 EL Marsala
2 dl Gemüsebouillon
300 g Tomatenpüree
2 Stk, kleine Peperoncini
Weissbrot

Oregano waschen, trockenschütteln, hacken und mit Marsala und in wenig Gemüsebouillon aufgelöstem Tomatenpüree vermischen.

Peperoncini fein hacken und zum Tomatenpüree geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Artischocken heiß servieren und Tomatenpüree angießen.

Dazu Weissbrot servieren.