



CLUB KOCHENDER MÄNNER  
4310 RHEINFELDEN

## Chochete vom 12.06.2014 – Tisch 1

Petit Pâté de Porc des Cévennes

\*\*\*\*

Artichauts à la vinaigrette

\*\*\*\*

Carré d'agneau à la provençale  
avec courgette farcie à la ratatouille

\*\*\*\*

Assiette de fromages avec sa moutarde aux figues

\*\*\*\*

Clafoutis à la provençale aux cerises

## Artichauts à la vinaigrette

### Für 4 Personen

4 Stk Artischocken

Rotweinessig  
Olivenöl  
Schalotten  
Knoblauch  
Dijonsenf  
Kräuter  
Salz, Pfeffer

### Zubereitung der Artischocken

Stiele direkt unter dem Blütenansatz abbrechen, je die untersten 3–4 Reihen Blätter des Blütenkopfes entfernen, restliche Blattspitzen mit einem Messer um ca. 1/3 kürzen. Artischocken sofort in kochenden Salzwasser geben, damit sie sich nicht verfärben. Mit einem etwas kleineren Pfannendeckel beschweren, sie müssen vollständig mit der Flüssigkeit bedeckt sein, ca. 1 Std. kochen. Garprobe: mit spitzem Messer Stielansatz einstechen, er muss weich sein. Kopfüber abtropfen

Vinaigrette mit den gewöhnlichen Zutaten nach eigenem Belieben zusammenrühren und mit den Artischocken servieren