

Artyčoky z páry

Kategorie: [Přílohy](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 2

- artyčok 6 ks
- citron 1 ks
- sůl 1 lžice

Doba přípravy: 45 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Vaření v páře

Země: Francie

Počet porcí: 2

Postup:

Postup přípravy receptu

Citrony opláchneme, poválíme na pracovní desce nebo na prkénku, rozkrojíme a jednoduše z nich vymačkáme šťávu.

Z artyčoků odkrojíme stonky a spodní části těsně pod hlavičkou a vložíme je do velké mísy, kterou naplníme vodou s citronovou šťávou. Tím zabráníme tomu, aby artyčoky ztratily barvu.

Vezmeme jeden artyčok po druhém do ruky, odkrojíme spodní třetinu hlavičky a odstraníme vnější listy. Poté je vrátíme do mísy.

Velký hrnec naplníme vodou do výšky asi 5 cm, vodu osolíme a přivedeme k varu. Do hrnce vložíme artyčoky a vaříme v páře 20-25 minut, dokud se nedají jednotlivé listy lehce oddělit.

Artyčky podáváme samostatně s omáčkami, např. s domácí majonézou nebo s octovou zálivkou. Můžeme je také podávat jako zeleninovou přílohu k hlavnímu jídlu.