

# FRISCHE TOMATENCREME MIT EINER KOMPOSITION AUS ARTISCHOCKEN, GRÜNEN BOHNEN UND BRUNNENKRESSE



## ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

- 400g Sautierte Ganze Artischocken Mit Stielen
- 120g Grüne Bohnen
- 50g Brunnenkresse
- 30g Natives Olivenöl Extra
- 3g Salz und Pfeffer

### für die frische Tomatensoße

- 20g Natives Olivenöl Extra
- 5g Salz und Pfeffer
- 80g Rispentomaten

### für die Vinaigrette

- 60g Natives Olivenöl Extra
- 5g Salz und Pfeffer
- 20g Rotweinessig
- 1g Rote Schalotte

### zum Garnieren

- 5g Natives Olivenöl Extra
- 1g Basilikum
- 5g Radieschen

## METHODE

- Die Tomaten waschen und in kleine Stückchen schneiden, mixen und durch das Spitzsieb passieren, um die Schale zu entfernen.
- Die passierten Tomaten im Mixer mit nativem Olivenöl Extra emulgieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Brunnenkresse waschen und trocknen und die schönsten Zweige auflegen.
- Für die Vinaigrette das Salz im Rotweinessig auflösen, den Pfeffer und die Schalotte hinzufügen und mit nativem Olivenöl extra emulgieren. Die grünen Bohnen putzen und so schneiden, dass alle dieselbe Länge haben.
- Die grünen Bohnen in Salzwasser blanchieren, abtropfen lassen und noch warm mit der Vinaigrette würzen.
- Die Artischocken vierteln. In der Mikrowelle 30 Sekunden lauwarm erwärmen.
- Die Tomatensoße als Spiegel auf den Tellern anrichten, darauf die grünen Bohnen drapieren, in die Mitte kommt die Brunnenkresse und als krönender Abschluss die Artischocken.
- Mit Radieschenscheiben und Basilikumblättern garnieren und zum Schluss ein paar Tropfen natives Olivenöl Extra und traditionellen Balsamico-Essig aus Modena über den Teller träufeln.

## PRODUKTE IN DIESEM REZEPT



**Sautierte Ganze Artischocken Mit Stielen**