

ARTISCHOCKEN, ZWIEBEL UND KARTOFFELN GEFÜLLT MIT GEMÜSE "ALLA ZINGARA"



ZUTATEN

- 400g Gemischtes Gemüse in Sonnenblumenöl "Alla Zingara"
- 2 Artischocken
- 2 Mittelgroße Zwiebel
- 2 Kartoffeln
- Öl zum Braten
- 1kg Grobes Salz
- Sprossenmischung
- 8 Balsamico-Essig-Glasur

METHODE

- Die Artischocken waschen, halbieren, den Strunk herausschneiden und in reichlich Öl braten.
- Die Kartoffeln und Zwiebel putzen.
- Das grobe Salz auf einem Backblech ausbreiten, Die Kartoffeln und Zwiebeln darauf legen und ca. 35 Minuten bei 80°C garen.
- Nach dem Fertiggaren halbieren und aushöhlen.

servierbereit anrichten

- Zwei Tropfen Balsamico-Essig-Glasur auf den Tellerrand geben, ein Häufchen Sprossen in die Mitte geben und daneben Artischocken, Kartoffel und Zwiebeln drapieren, mit dem gemischten Gemüse "Alla Zingara" füllen.

PRODUKTE IN DIESEM REZEPT



Gemischtes Gemüse in Sonnenblumenöl "Alla Zingara"