

ARTICHAUTS POIVRADES



Facile

Préparation: 15 mn

Cuisson: 15 à 20 mn

Pour 4 personnes:

2 bouquets d'artichauts poivrades :

2 ou 3 gousses d'ail

1 dizaine d'olives noires coupées en 4

10 tomates cerise

1 poignée de noix hachées

Huile d'olive

1 gros trait de vinaigre balsamique

2 càs de basilic ciselé

Copeaux de Parmesan

1/2 jus de citron

Sel et poivre

Préparer un saladier avec de l'eau et le 1/2 jus de citron.

Parer et tourner les artichauts en leur gardant une partie des queues épluchées si elles sont tendres.

Les plonger dans le récipient contenant l'eau citronnée.

Tailler les gousses d'ail en fins bâtonnets. Réserver.

Couper les olives en 4 et les tomates en 2. Réserver.

Emincer plus ou moins finement les artichauts (selon le goût) et les faire dorer légèrement dans de l'huile d'olive, ajouter les bâtonnets d'ail, les olives noires, les noix et les tomates cerise? Saler et poursuivre la cuisson en remuant régulièrement en adaptant le temps de cuisson au résultat désiré: ferme ou fondant.

A mi-cuisson arroser d'un trait généreux de vinaigre balsamique et terminer en parsemant de basilic ciselé (que je n'avais pas).

Servir avec un trait d'une excellente huile d'olive ainsi que quelques copeaux de Parmesan.