

Artischocken - Erbsen - Sauce

Kategorien: Sauce, Nudelsauce

Zutaten für: 2 Portionen

3	klein.	Artischocken, junge
1/2		Zitrone (Saft)
150	Gramm	Erbsen, jung, klein
1	Bund	Zwiebeln, jung
2	Essl.	Olivenoel
30	Gramm	Butter
1	Bund	Petersilie
100	ml	Kalbsfond
250	Gramm	Schmetterlingsnudeln
		Salz
		Pfeffer

Anleitung:

Die Artischocken rundum schaelen, bis alle harten Blaetter abgeschnitten sind und das zarte Fruchtfleisch zutage gekommen ist. Falls noetig, auch die Spitze mit dem eventuell bereits ausgebildeten "Heu" abschneiden, den Stiel schaelen - nur wenn er sehr faserig ist, wird er herausgebrochen. Die Artischockenherzen unverzueglich mit der Zitronenhaelfte abreiben, damit sie sich nicht dunkel verfaerben. Die Herzen jetzt in Achtel teilen und diese im Saft der ausgepressten Zitronenhaelfte umwenden.

Die Erbsen auspalen (oder auftauen lassen). Die Bundzwiebeln putzen, das Weisse in Stuecke schneiden. Oel und Butter in einem kleinen Topf zerlassen und mischen, dabei nicht zu sehr erhitzen.

Erst die Artischockenachtel hineingeben und langsam duensten - nicht braten. Nach einiger Zeit die Zwiebeln hinzufuegen. Wenn sie ihre Fluessigkeit abzugeben beginnen, auch die Erbsen hineinstreuen. Salzen, pfeffern und alles ein wenig duensten.

Unterdessen die Petersilie hacken und die Haelfte davon an das Gemueseragout geben, den Fond oder die Bruehe angiessen und unbedeckt gut durchkoecheln lassen, wobei die Sauce gebunden wird.

Gleichzeitig die Nudeln in viel sprudelndem Salzwasser bissfest kochen. Die gerade erst abgegossenen, noch gut feuchten Nudeln mit der Artischocken-Erbsen-Sauce vermischen.