Artyčoky po římsku

Kategorie: Zelenina

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost:

Autor:

Suroviny

8 malých artyčoků
trochu česneku
snítka čerstvé máty
sůl a pepř
1 šálku oleje
trochu citrónové šťávy

Postup

Odřízneme zevní tuhé listy artyčoků, spodek odkrojíme, aby měli artyčoky kuželkovitý tvar. Pak seřízneme vršky a potřeme citrónovou šťávou, aby nečernaly. Lístky zlehka rozevřeme a nasypeme mezi ně sůl, pepř, kousky česneku a trošku máty. Artyčoky postavíme do široké nádoby vrškem nahoru, zalijeme vodu, polijeme olejem a dusíme asi 45 minut. Pak je položíme na bok a ještě dodusíme aby změkly i vršky.