

Artischocken-Kartoffel-Törtchen

– Bio Kochbox KW 25

mit Zitronen-Creme



Artischocken-Kartoffel-Törtchen mit Zitronen-Creme



MENGENHINWEIS:

- Für 1 Portion die Mengen halbieren
- Für 4 Portionen die Mengen verdoppeln

Für 2 Portionen:

- 400 g Kartoffeln
- 1 Becher Artischockenherzen
- 1 Schalotte
- 150 g Hafer Joghurt
- 1 Handvoll Petersilie
- 1 Handvoll Schnittlauch
- 1 Zitrone

Eigener Vorrat:

- Salz, Pfeffer
- 1 Knoblauchzehe
- 2 EL Olivenöl
- 2 EL Semmelbrösel
- 1 TL Senf
- Muskat

Zubereitung:

Die Kartoffeln werden geschält, gewaschen und in Salzwasser weichgekocht, anschließend abgessen, kurz ausgedampft und mit einer Gabel oder einem Kartoffelstampfer grob zerdrückt. Die Artischockenherzen werden in ein Sieb gegeben, gut abtropfen gelassen und in kleine Stücke geschnitten. Die Schalotte und die Knoblauchzehe werden geschält und fein gehackt. Petersilie und Schnittlauch werden gewaschen, sorgfältig trocken geschüttelt und fein geschnitten. Die Zitrone wird heiß gewaschen, trockengerieben, die Schale fein abgerieben und etwas Saft ausgepresst. In einer Pfanne wird ein Teil des Olivenöls erhitzt, darin werden Schalotte und Knoblauch glasig angeschwitzt, dann werden die Artischockenstücke kurz mitgeröstet. Diese Mischung wird mit den gestampften Kartoffeln, den Semmelbröseln, etwas Zitronenschale, Salz, Pfeffer und wenig Muskat vermischt und in zwei gut geölte kleine Förmchen oder in eine größere Auflaufform gedrückt. Im Ofen wird die Masse gebacken, bis die Oberfläche leicht gebräunt und an den Rändern knusprig ist. Währenddessen wird aus pflanzlichem Joghurt, Senf, Zitronensaft und den gehackten Kräutern eine cremige Sauce gerührt, die mit Salz und Pfeffer abgeschmeckt wird. Die Törtchen werden nach dem Backen kurz ruhen gelassen, vorsichtig aus den Förmchen gelöst und mit der Zitronenkräuter-Creme serviert.