

Ein Rezept von gaumenschrei.de

Artischocke, Tomate, Schafskäse

Erstmal hole ich meine Edelstahl-Kasserolle aus dem Schrank. Mit Kupferboden. Perfekt. Ein Geschenk meiner Schwiegermutter. Die hat genau die richtige Größe für zwei Personen. Die Kasserolle.

Erst dünste ich Zwiebelwürfel glasig. Die kommen auf einen Teller. Dann braten in dem sehr heißen Topf die halbierten Artischockenherzen bis sie ein wenig braun sind. Und ab zu den Zwiebeln. Eben noch in Scheiben geschnittene Champignons braten. Jeweils mit ganz wenig Olivenöl. Nun kommen die Artischocken und die Zwiebeln und klein gewürfelte Tomaten in die Pfanne. Mit frisch gepresstem Orangensaft ablöschen. Deckel drauf und etwas dünsten lassen. Halt es fehlen ja noch Kräuter wie Thymian oder Oregano. Und Knoblauch. Salz. Sind die Tomaten fast gar, kommt gewürfelter Schafskäse darüber. Der Ofen ist schon auf 200 Grad vorgeheizt und freut sich auf die schöne Kasserolle mit der Gemüse-Käse-Mischung. Nun soll der Käse noch etwas schmelzen.

In der Brotschublade finde ich noch altes Ciabatta. Klein gewürfelt, mit wenig Olivenöl wird das in der Pfanne angeröstet.

Es bleibt sogar noch Zeit, die Flasche meines Kochbieres zu fotografieren.

Wieder aus dem Ofen, wird der Inhalt des Topfes noch mit Rauke garniert. Und dann verspeist. Aber vorsichtig, ich will mir nicht den Gaumen verbrennen.

Zutaten

Artischockenherzen aus der Dose, erst gewässert und dann gut abgetrocknet

Tomaten

Champignons

Schafskäse

Kräuter

Knoblauch

Zwiebeln

Orangen

Rauke