



## Gratinierte Artischocken

Diese leichte und leckere Variante der Artischocken lassen sich prima als Vorspeise oder als Beilage servieren.

Man kann etwas Füllung vermischt mit Olivenöl in die Gratinform geben, so kann man nach dem Backen etwas Brot darin tunken und geniessen.

### Zutaten

1 Dose Artischocken-Hezen (ca. 12 Stück)

30 g Paniermehl

30 g geriebener Parmesan

20 g geriebene Pecorino Romano (wenn man den Pecorino nicht mag, erhöht man die Menge des Parmesan-Käse)

3 Cherrytomaten

Petersilie und getrocknete Kräuter nach Bedarf

Salz, Pfeffer und Olivenöl nach Bedarf

### Zubereitung

Dose öffnen und Artischocken gut abtropfen lassen.

Eine ofenfeste Form leicht mit Öl einfetten. Die Artischockenherzen in die Form stellen. Evt. den Boden leicht ausgleichen, damit sie besser in der Form stehen. Da die Artischockenherzen aus der Dose recht verschlossen sind, habe ich mit Hilfe eines Löffels die Herzen etwas geöffnet. Vorsichtig arbeiten, damit die Artischockenherzen nicht auseinander fallen. Artischocken minim salzen.

Ofen auf 180° Grad vorheizen.

Die Zutaten für die Mischung zubereiten. Das heisst die beiden Käsesorten reiben und in eine Schüssel geben, Paniermehl und getrocknete Kräuter (z. B. italienische Kräutermischung) dazu geben. Leicht mit Pfeffer würzen.

Cherrytomaten vierteln.

Die Artischocken mit der Panade bestreuen. Auf jede Artischocke einen viertel Cherrytomate darauf legen. Die Tomate leicht eindrücken, damit sie nicht von der Artischocke fällt.

Artischocken mit wenig Olivenöl beträufeln.

Die Artischocken in den Ofen schieben und während ca. 10-12 Minuten oder bis sich die Oberfläche leicht bräunt, gratinieren lassen.

Gratinierte Artischocken warm servieren.

