

FONDS D'ARTICHAUTS À LA RUSSE

Novembre 2007 (Révisé en juin 2018)

Ingrédients (4 personnes) :

- ★ 4 gros artichauts camus bretons
- ★ 1 boîte de macédoine de légumes (1/2)
- ★ 20 cl de mayonnaise
- ★ 4 belles feuilles de salade (Laitue, batavia)
- ★ 4 tomates cerise
- ★ 1 citron jaune
- ★ 4 brins de cerfeuil
- ★ 1 cuillère à soupe de gros sel gris de Guérande

Ustensiles : Bol, Faitout, Saladier

Préparation : 10 mn

Cuisson : 60 mn

Difficulté : Facile

Coût (indicatif) : 8,40 € (soit 2,10 € par personne)



Recette :

Couper le citron en deux, extraire le jus dans un bol, éliminer les pépins. Ouvrir la boîte de macédoine, égoutter et rincer les légumes, les verser dans un saladier et les mélanger avec les 3/4 de la mayonnaise, réserver au frais. Parer les artichauts. Les cuire dans un grand faitout avec le gros sel et le jus de citron à petits bouillons pendant une heure. Les rafraîchir, ôter les feuilles (à éventuellement consommer avec une vinaigrette) et éliminer le foin.

Tapiser chaque assiette avec une feuille de salade, déposer dessus un fond d'artichaut, le garnir avec la préparation à la macédoine. Décorer avec mayonnaise, tomates cerise et pluches de cerfeuil. Mettre au frais 30 minutes.

i On peut enrichir la macédoine de chair de crabe ou de petites crevettes grises décortiquées. L'**artichaut** cuit s'oxyde très rapidement, à consommer dans les 24 heures qui suivent la cuisson. L'**artichaut** camus est présent sur les étals de mai à novembre.

Boisson :

Un muscadet servi à 10°C. (*)

(*) L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.