

DFM 930 CHAUD DEVANT 2021
«Les Bons Petits Plats de Francette»
ARTICHAUTS BRAISÉS et AÏOLI AU CITRON CONFIT

Préparation : 30min, Cuisson : 25 min, Pour 4 personnes

Ingrédients :

8 artichauts poivrade, un citron, 1 orange, 1 gousse d'ail, 6 brins d'origan, 2 cuillères d'huile d'olive, sel, poivre.

Pour l'aïoli : 1 jaune d'œuf, 20cl d'huile de tournesol, 1 cuillère à café rase de moutarde douce, 1 gousse d'ail, 1 petit citron confit au sel.

Réalisation :

Préparez l'aïoli. Pelez, dégermez et écrasez l'ail. Découpez le citron confit en petits dés. Dans un bol, fouettez le jaune d'œuf avec la moutarde et un peu d'huile. Versez ensuite le reste de l'huile en filet, tout en fouettant, pour émulsionner comme pour une mayonnaise. Ajoutez l'ail et le citron confit, salez, poivrez, mélangez et placez au réfrigérateur.

Tournez les artichauts. Remplissez un saladier d'eau et ajoutez le jus du citron. Coupez la tige d'un artichaut à 5 cm du cœur. Retirez les feuilles externes les plus épaisses, puis lissez avec un couteau bien aiguisé la base des feuilles restantes, en tournant l'artichaut dans votre main. Trempez-le régulièrement dans l'eau citronnée pour éviter qu'il ne noircisse. Coupez l'extrémité des feuilles restantes. Coupez-le en deux dans la hauteur, retirez le foin au besoin et plongez-le de nouveau dans l'eau citronnée. Faites de même avec tous les artichauts.

Épluchez la gousse d'ail restante et coupez-la en deux. Râpez grossièrement un peu de l'orange et recueillez son jus.

Faites revenir l'ail dans une poêle, avec l'huile d'olive 2 min, puis ajoutez les artichauts et faites-les revenir sur toutes les faces 5min. Ajoutez ensuite le jus d'orange et le zeste, 20cl d'eau et les feuilles d'origan. Salez et poivrez. Couvrez et laissez mijoter à feu moyen pendant 15 à 20 min : les artichauts doivent être tendres mais encore un peu croquants.

Servez les artichauts chauds avec leur jus de cuisson et l'aïoli.