

## Rezept der Woche: Artischocke mit Dip

### Zutaten:

- 1 Artischocke
- 1 Zehe Knoblauch
- 1 Zitrone
- 1 kleiner Becher Jogurt
- 2 EL crème fraîche
- Kräuter
- Pfeffer + Salz



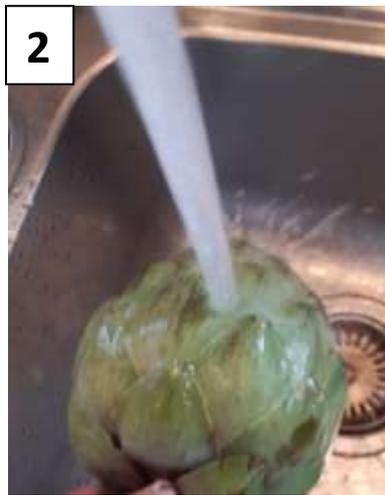
### Material:

- Kochtopf
- Schneidebrett
- Messer
- Knoblauchpresse
- 2 Gummibänder
- kleine Schüssel
- Esslöffel



1

Wasser kochen.  
Salz hinzufügen.



2

Artischocke waschen



3

Stiel abschneiden



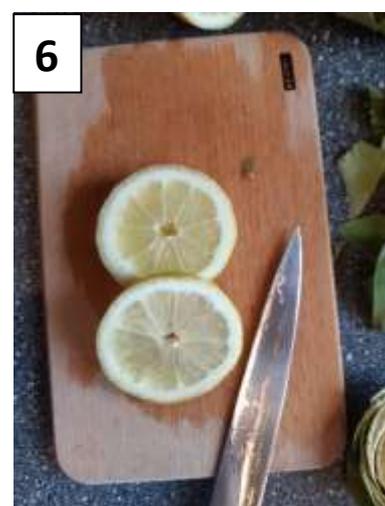
4

Unteren harten Blätter  
abzupfen



5

Spitzen abschneiden



6

2 Scheiben Zitrone  
abschneiden



7 Artischocke mit 1 Zitronenscheibe zusammenbinden



8 Artischocke in kochendes Wasser geben



9 35 Minuten kochen lassen



10 1 Becher Joghurt in eine Schüssel geben



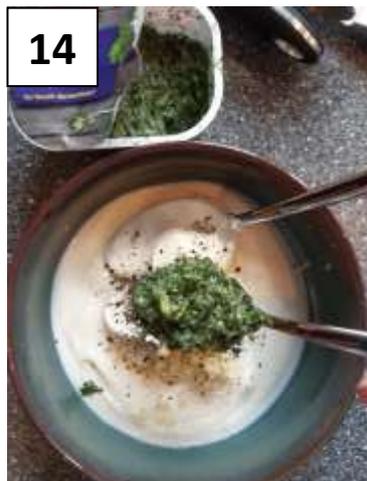
11 2 Esslöffel crème fraîche hinzufügen



12 1 Zehe Knoblauch dazu pressen



13 Pfeffer + Salzen



14 1 Esslöffel Kräuter hinzufügen

15



Blätter abzupfen und in den Dip tauchen.

**Wir wünschen einen guten  
Appetit! 😊**

