

Recette de la semaine : Artichaut avec dip

Ingrédients :

- 1 artichaut
- 1 gousse d'ail
- 1 citron
- 1 petit gobelet de yaourt
- 2 c. à s. de crème fraîche
- herbes
- Poivre + sel



Matériel :

- marmite
- planche à découper
- couteau
- presse-ail
- 2 élastiques
- petit bol
- cuillère à soupe



1

Faites bouillir de l'eau.
Ajoutez du sel.



2

Lavez l'artichaut



3

Coupez la tige



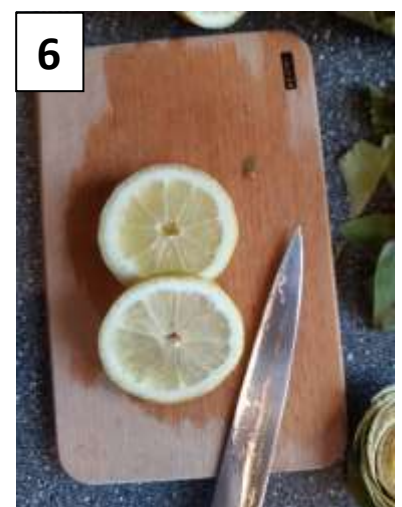
4

Arrachez les feuilles
inférieures dures



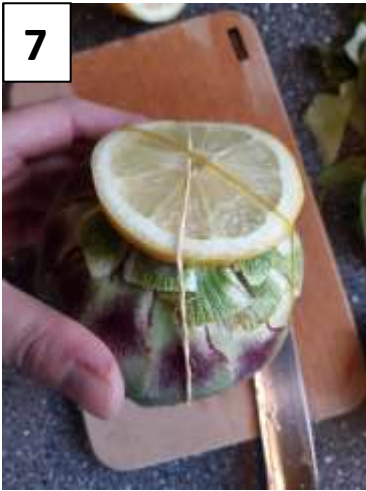
5

Coupez les pointes



6

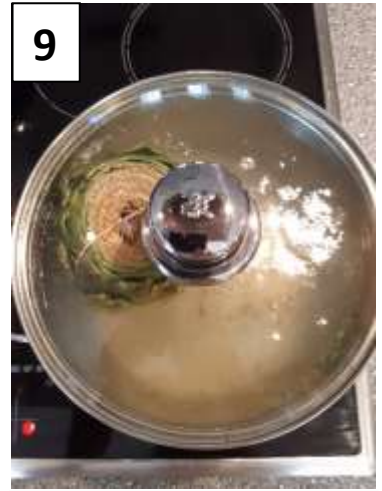
Coupez 2 tranches de
citron



7 Attachez le citron à l'artichaut



8 Mettez l'artichaut dans l'eau bouillante



9 Faites bouillir pendant 35 minutes



10 Mettez 1 tasse de yaourt dans un bol



11 Ajoutez 2 cuillères à soupe de crème fraîche



12 Pressez 1 gousse d'ail et ajoutez-la



13 Poivrez et salez



14 Ajoutez 1 cuillère à soupe d'herbes

15



Arrachez les feuilles et trempez-les dans la sauce.

**Nous souhaitons un bon
appétit ! 😊**

