

voor 2 personen

RECEPT

KARDOEN

Je hebt nodig:

- * 2 stengels kardoen per persoon
- * Court bouillon
- * Wat azijn of citroensap



Bereidingswijze:

1. Ontdoe de stengels van eventuele wortelresten en stekelig bladgroen. Je kunt ze met een dunschiller schillen maar meestal is dat niet nodig.
2. Snijd de stengels in stukken en dompel onder in water met scheutje azijn of citroensap om zwartkleuring te voorkomen.
3. Kook de stukken stengels gaar in een zelf gemaakte court-bouillon. Dit duurt ongeveer 30 minuten. Kardoen heeft vrij lang nodig om gaar te worden.
4. Laat ze uitlekken.

Nu kun je de kardoen op verschillende manieren bereiden:

1. Doe ze in een pan met een klontje boter, voeg wat nootmuskaat en wat peper toe en hussel ze goed.
2. Of doe de stukken stengels in een ovenschaal. Verdeel er wat pittige geraspte kaas over en gratineer even in de oven.
3. Of serveer ze met geprakt hardgekookt ei, peterselie, olijfolie en broodkruim.

