

RECETTE DES ARTICHAUTS FARCIS A LA BARIGOULETTE EN COCOTTE MINUTE

INGREDIENTS

2 gros artichauts ou 4 petits	4.00 euros
2 cuillères à soupe d'huile d'olive	0.10 euros
200 g de lardons fumés	0.85 euros
1 gros oignon	0.10 euros
2 tomates	0.40 euros
25 cl de vin blanc sec	1.00 euro

Soit un prix total de 6.45 euros pour 2 personnes : **3.23 € par personne.**



Réalisation :

Laver les artichauts et couper les feuilles à la moitié. Trancher les en deux.

Creuser les en enlevant les feuilles violettes et le foin.

Faire revenir les artichauts dans 1 cas d'huile d'olive dans la cocotte minute.

Pendant ce temps, dans une poêle, faire revenir les lardons, l'oignon haché et les tomates sans graisse, saler, poivrer.

Emplissez les artichauts de cette farce. Mouiller avec 25 cl de vin blanc sec.

Fermer la cocotte minute et laisser cuire doucement 20 mn lorsque la soupape chuchote.

Lorsque la cuisson est terminée, présenter dans un plat de service.

.....C'est prêt.

Miam, Miam