



Finger food

Cuillères d'artichaut à l'huile piquante



5 min

TEMPS TOTAL

5 min

PRÉPARATION

0

CUISISON

0

REPOS

15

CALORIES

Ingrédients
pour **4** personnes

4 Coeur(s) d'artichaut

1 c. à café Huile d'olive

1 Piment d'Espelette

1 Poivre

Étape 1

Préparation des cuillères

- 1** Couper les coeurs d'artichauts en 4, utiliser de préférence des petits coeurs et s'ils sont trop gros les couper en huit. Bien les égoutter sur du papier absorbant.
- 2** Répartir les coeurs d'artichauts sur les cuillères.
- 3** Arroser l'artichaut avec un filet d'huile d'olive puis assaisonner généreusement avec le piment et le poivre.