

## Artičoke s feta sirom



### sestavine:

#### Sestavine

sol

sir - feta 200g

sončnično seme 4 žlice

artičoka 4 kosi

### Priprava

Vzamemo štiri večje artičoke, odrežemo steblo in koškom nekoliko razpremo liste. Po potrebi odrežemo vrhove.

Dobro jih operemo pod tekočo vodo. Razpremo notranjost in napolnimo z zmesjo feta sira in sončničnih semen.

Liste spet stisnemo skupaj in koške postavimo v osoljen krop, ki naj sega do dveh tretjin.

Posodo pokrijemo in po 20 minutah preverimo, če lahko brez težav izpulimo list.

Koške položimo na krožnike in takoj ponudimo.

### Serviranje

Postrežemo s temnim kruhom in maslom.