

## Meerbarben mit Artischocken

1 kg Artischockenherzen  
1 kg Meerbarben  
1 kleingeschnittene  
Zwiebel  
1/2 Tasse Olivenöl  
Saft von 2 Zitronen  
Salz, Pfeffer

Die Fische säubern, waschen  
und salzen.

In einem Topf die Zwiebeln  
in Öl anbräunen und Arti-  
schocken, Zitronensaft, Salz,  
Pfeffer und 2 Tassen heißes  
Wasser hinzufügen.

Die Artischocken ca. 15  
Minuten kochen lassen und  
dann Meerbarben darüber  
verteilen.

Einige Male aufkochen lassen  
und das Essen ist fertig.

