

# Les artichauts Camus & Castel



« Artichautons » feuille à feuille !  
Ils se mangent avec les doigts, chauds, froids et tièdes.  
Son fond gourmand et généreux se mérite.

## FACILE À PRÉPARER

Cassez la queue  
de l'artichaut

MICRO-ONDES  
7 MN



VAPEUR  
20 MN



## ASTUCE

Conservez les feuilles  
pour un apéritif ludique.  
Utilisez-les comme des  
cuillères apéritives.



Artichauts, variez les sauces...



Artichauts  
farcis "minute"



Artichaut frites  
et bolognaise

