

## Rezepte mit Chicorée



©Pixabay/ Griet Kurtz

## Gebackener Chicorée

### Zutaten (für 2 Portionen):

- 150 g Brie-Käse
- 2 Chicorée, à 200 g
- 2 EL Butter
- 3 EL flüssiger Honig
- 8 Stiele Thymian
- 8 Scheiben Frühstückspeck
- Salz
- Pfeffer

### Zubereitung:

1. Den Brie-Käse in 3 mm dicke Scheiben schneiden. Chicorée putzen und der Länge nach halbieren. Strunk keilförmig herausschneiden.
2. Die Butter mit Honig und Thymian in einer Pfanne aufschäumen. Chicorée mit den Schnittflächen nach unten in den Honig legen und bei milder Hitze 3 Min. garen. Chicorée herausheben und je 2 Thymianstiele auf die Schnittflächen legen, salzen und pfeffern. Brie auf die Chicorée-hälften verteilen, jede Hälfte in 2 Scheiben Speck wickeln und in eine ofenfeste Form setzen. Honig aus der Pfanne darüber verteilen.
3. Chicorée im heißen Ofen bei 200 Grad auf der mittleren Schiene 18-20 Min. goldbraun backen (Umluft nicht empfehlenswert). Dazu passt Baguette.

## Linsen-Chicorée-Salat

### Zutaten (für 4 Portionen):

- 1 Zwiebel
- 2 EL Öl
- 160 g rote Linsen
- 300 ml Gemüsebrühe (Instant)
- 4 EL Obstessig
- Salz
- weißer Pfeffer
- 3 Chicorée
- 2 säuerliche Äpfel
- 2 EL Zitronensaft
- ½ Bund Schnittlauch
- 8 Apfelscheiben zum Garnieren

### Zubereitung:

1. Zwiebel schälen und fein würfeln. Öl in einem Topf erhitzen und die Zwiebeln darin glasig dünsten. Linsen zufügen, ebenfalls kurz andünsten und mit Brühe und Essig ablöschen. Aufkochen lassen und zugedeckt bei mittlerer Hitze 10 - 12 Minuten garen. Fertige Linsen mit Salz und Pfeffer abschmecken und abkühlen lassen.
2. Chicorée putzen, waschen und den Strunk keilförmig herausschneiden. Die äußeren Chicorée-Blätter ablösen. Restlichen Chicorée in Streifen schneiden. Äpfel waschen, vierteln und das Kerngehäuse herausschneiden.
3. Apfelviertel in Scheiben schneiden und mit Zitronensaft beträufeln. Schnittlauch waschen, trocken tupfen und in Röllchen schneiden.
4. 4 Teller mit ganzen Chicorée-Blättern sternförmig auslegen. Äpfel, Chicorée-Streifen und lauwarmer Linsen mischen, mit Salz, Pfeffer und Essig abschmecken und auf den Chicorée-Blättern anrichten. Mit Schnittlauch bestreuen. Mit Apfelscheiben garniert servieren

## Chicoréesuppe

### Zutaten (für 4 Personen):

- 500 Gramm Chicorée
- 2 EL Sonnenblumenöl
- ½ Lauchstange
- 2 Lauchzwiebeln
- Saft einer Zitrone
- 4 EL Sahne
- 700 ml -Gemüsebrühe
- trockener Weißwein
- weißen Soßenbinder
- Salz und Pfeffer
- 200 Gramm Lachs
- 2 EL Butter
- 2 EL gehackte Petersilie
- Meersalz

### Zubereitung:

1. Chicorée waschen, Keil entfernen und in Streifen schneiden. Lauch und Lauchzwiebeln in Ringe schneiden. Öl im Topf erhitzen, Chicorée, Lauch und Lauchzwiebel darin kurz anbraten und mit der Gemüsebrühe, dem Zitronensaft und der Sahne ablöschen. Etwa 5 Minuten köcheln lassen.
2. Mit dem Pürierstab durchmischen und das ganze durch ein Sieb streichen. Mit etwas Soßenbinder sämig andicken. Mit Weißwein, Salz, Pfeffer abschmecken.
3. Butter in der Pfanne erhitzen, Lachs würfeln und kurz darin anbraten, Pfanne von der Kochplatte nehmen, Petersilie dazugeben und mit etwas Meersalz überstreuen. Heiße Suppe in Teller geben, Lachs verteilen.

## Sahne-Chicorée

### Zutaten (für 4 Portionen):

- 4 Chicorée
- 150 ml Orangensaft
- 6 Stängel Petersilie
- 200 ml Schlagsahne
- 3 Zweige Thymian
- Salz & Pfeffer
- 2 EL Soßenbinder
- 50 ml Wasser
- 1 Zwiebel
- 100 geräucherte Salami
- 1 EL Sonnenblumenöl
- 4 TL Honig

### Zubereitung:

1. Chicorée säubern, längs halbieren, Strunk herausschneiden. Chicorée in einer Schüssel mit kochendem Wasser übergießen. 5 Minuten ziehen und danach gut abtropfen lassen.
2. Zwiebel schälen und in Würfel schneiden. Thymian und Petersilie waschen, trocken schütteln, Blättchen von den Stielen zupfen und hacken.
3. Sonnenblumenöl in einer Pfanne erhitzen. Salami und Zwiebeln würfeln, zusammen anbraten und mit einem Schöpflöffel herausnehmen. Chicorée im verbliebenen Bratfett von beiden Seiten goldbraun anbraten. Dabei mit Honig beträufeln. Salzen und pfeffern.
4. Orangensaft und Wasser zugießen. Soßenbinder anrühren und zugießen. Alles zum Köcheln bringen.
5. Chicorée, Salami, Zwiebeln, Thymian und die Hälfte der Petersilie in die Sauce geben und ca. 8 Min. zugedeckt garen. Dabei Chicorée einmal wenden. Chicorée mit Sauce auf Tellern anrichten und mit der restlichen Petersilie garniert servieren.
6. Dazu schmeckt Reis.

## Gefüllte Chicorée

### Zutaten (für 2 Portionen):

#### *Hackfüllung*

- 1 Bund Suppengrün (kleines)
- 1 EL Öl
- 350 g Hackfleisch (gemischt)
- Salz
- Pfeffer (frisch gemahlen)
- 2 EL Tomatenmark
- 1 Dose Tomate (gehackt)
- 6 Stiele Oregano
- 1 TL Honig

#### *Sauce Béchamel*

- 30 g Butter
- 30 g Mehl
- 200 ml Gemüsebrühe
- 200 ml Milch
- Muskat
- 4 Chicorée
- 8 Scheiben gekochten Schinken
- 50 Gramm Bergkäse

### Zubereitung:

1. Suppengrün putzen, abspülen, fein würfeln. Öl in einer großen Pfanne erhitzen und das Hackfleisch darin kräftig anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Tomatenmark dazugeben, kurz mit anbraten.
2. Suppengrün zugeben und kurz anbraten. Tomaten aus der Dose dazu gießen und alles etwa 15 – 20 Minuten ohne Deckel kochen lassen. Oregano abspülen, trocken tupfen,  $\frac{2}{3}$  davon hacken und zum Hackfleisch geben. Füllung mit Salz, Pfeffer und Honig abschmecken, etwas abkühlen lassen.
3. Backofen auf 200 Grad, Umluft 180 Grad, Gas Stufe 4 vorheizen.
4. Für die Béchamelsoße Butter im Topf schmelzen, das Mehl auf einmal zufügen und die Mischung etwa 1 Minute unter Rühren andünsten. Brühe und Milch mit einem Schneebesen kräftig einrühren. Die Soße etwa 10 Minuten bei kleiner Hitze kochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken, vom Herd nehmen.
5. Chicorée putzen, abspülen und 32 größere Blätter vorsichtig abtrennen. Jeweils 2 Chicorée-Blätter aufeinanderlegen, etwas Füllung hineingeben, dann 2 Blätter als Deckel darauflegen und vorsichtig mit je einer Scheibe Schinken umwickeln. Die Hälfte der Soße in eine Auflaufform gießen, die gefüllten Chicorées hineinlegen.
6. Restliche Soße als breiten Streifen über den Chicorée gießen. Ziegengouda fein reiben und darüber streuen. Im heißen Ofen etwa 30 Minuten überbacken.