

Chicorée geschmort

Die schönen weißen Chicorée-Stangen mit ihren gelben und manchmal auch roten Spitzen essen wir ja meistens als Salat. Das schmeckt auch sehr gut in Kombination mit Orangenfilets. Aber in der französischen Küche, wo der unser Chicorée interessanterweise Endivie heißt (und umgekehrt) wird Chicorée auch gerne als Gemüse zubereitet. Die leichte Bitterkeit des Chicorée gibt dieser Art der Zubereitung eine herzhaft Note. Das Rezept kannst du auch auf andere Gemüsesorten anwenden. Gut eignen sich Fenchel, Lauch oder Spitzkohl, auch gerne kombiniert. Probier doch einfach mal was Neues.

Für zwei bis drei Portionen:

- 4 – 5 Chicorée-Stangen
- 60 g Butter
- Saft einer Zitrone
- Salz, Pfeffer
- 100 ml Sahne

Es ist nicht schwierig:

- Den Chicorée putzen und kurz in kaltem Wasser abwaschen.
- Dann die Stangen längs halbieren oder vierteln und den bitteren Strunk herausschneiden.
- Eine passend große, flache Kasserole gut ausbuttern, das Gemüse darin nebeneinander auslegen, leicht salzen und pfeffern und mit dem Zitronensaft beträufeln.
- Ca. 30 g Butterflöckchen darüber verteilen und dann mit einem gebutterten Pergamentpapier abdecken.
- Den Deckel auflegen und zum Kochen bringen.
- Hitze reduzieren und das Gemüse ca. 45 Minuten leise köcheln lassen.
- Den Deckel und das Pergamentpapier abnehmen, die Sahne über das Gemüse gießen und 3 – 5 Minuten einkochen.



Du kannst das Gemüse als Beilage oder als vegetarische Hauptahlzeit genießen. Lecker schmecken dazu auch gebratene Hähnchenbruststreifen.