



Caramelisierter Chicorée

Das bittere Zichoriengewächs war bereits im Altertum bekannt, im 19. Jahrhundert entdeckten Gärtner in Belgien, dass dieses Gewächs im Dunkeln gezogen, deutlich weniger Bitterstoffe entwickelte und im Nebeneffekt bleich blieb. Daher wird der Chicorée auch Brüsseler genannt. Gekocht verliert der Chicorée weiter an Bitterkeit. In caramelisiertem Zucker angeröstet und geschmort wird er zu einem sehr leckeren Gemüse, das als Beilage oder, zusammen mit Kartoffeln, als Hauptspeise ausgezeichnet schmeckt.

Zutaten (pro Portion)

1 Chicoree, ca. 200g
1El Zucker, leicht gehäuft
20g Tafelbutter
50g Wasser
1El Zitronensaft
2cl Noilly Prat
1Tl Thymian getrocknet
Salz und Pfeffer

Zubereitung

Zucker schmelzen und braun werden lassen. Butter zugeben und verrühren. Die Temperatur etwas reduzieren. Chicorée längs halbieren, den Strunk keilförmig ausschneiden, nur soweit, dass die Blätter nicht auseinanderfallen. Chicorée mit der Schnittfläche nach unten in den Caramelsirup legen, und ca. 3-4 Minuten schmoren lassen. Chicorée wenden, Wasser, Zitronensaft und Noilly Prat zugiessen, Thymian zwischen den Fingern zerbröseln und zugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Ca. 15 Minuten köcheln lassen, dabei den Chicorée ab und zu mit der Sauce übergießen.

Chicorée anrichten und mit dem Rest der Sauce übergießen.





