

Gefüllter Chicorée in drei Varianten

Zutaten für Chicorée mit Orange, Walnüssen und Parmesan (für 4 Personen):

- 2 Knollen Chicorée
- 600 ml Orangensaft
- 10 g Senf
- 65 ml Balsamico bianco
- 1 Bio-Orange
- 110 ml Olivenöl
- 1,5 g Piment d'Espelette
- Salz
- Pfeffer

Chicorée waschen und in Blätter teilen. Orangensaft in einen Topf geben und auf ein Viertel einkochen. Auskühlen lassen. Die restlichen Zutaten in die Reduktion einrühren und den Chicorée damit marinieren. Einen Rest fürs Anrichten zurückbehalten.

Zutaten für die gerösteten Walnüsse:

- 100 g Walnüsse
- 10 g Eiweiß
- 5 g Salz
- 2 g Piment d'Espelette

Walnusskerne grob zerkleinern. Alle Zutaten miteinander vermischen. Walnüsse auf ein Backblech geben und im Ofen bei 180 Grad circa 8-10 Minuten backen, bis sie goldbraun sind. Beiseitestellen.

Zutaten für die Roggenbrot-Croûtons:

- 100 g Roggenbrot
- 80 ml Pflanzenöl
- 0,2 Zehe Knoblauch
- Salz
- Pfeffer

Brot in kleine Würfel schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Brotwürfel zusammen mit dem zerkleinerten Knoblauch knusprig rösten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Auf einem Stück Küchenpapier abtropfen und auskühlen lassen.

Anrichten:

- 0,5 Bio-Orange
- 30 g Parmesan

Orangenschale reiben, etwas Abrieb beiseitestellen. Parmesan reiben und ebenfalls einen kleinen Teil beiseitestellen. Die Croûtons mit den Walnüssen, dem Großteil des Orangenabriebs und des geriebenen Parmesans vermischen.

Chicorée-Blätter kreisförmig auf einen Teller legen. Die Walnuss-Orangen-Parmesan-Mischung auf die einzelnen Blätter verteilen. Vorsichtig mit dem Rest der Orangen-Vinaigrette beträufeln und den restlichen Parmesan und Orangenabrieb darübergeben.

Alternativ kann man die nicht-marinierten Chicorée-Blätter mit den Zutaten füllen und als Fingerfood-Häppchen mit den anderen Varianten servieren.

Zutaten für Chicorée mit Frischkäse-Räucherlachscreme:

- 2 Knollen Chicorée
- 250 g Frischkäse
- 3 EL Sahne
- 100 g Räucherlachs
- 2 Frühlingszwiebeln
- 0,5 Paprika
- frischer Meerrettich
- 1 TL Curry
- 1 Prise Piment d'Espelette
- Zitronensaft
- Olivenöl
- Salz

Chicorée in Blätter teilen. Frischkäse, Sahne und etwas Olivenöl in eine Schüssel geben und verrühren. Mit Currypulver, Piment d'Espelette, Salz und etwas Zitronensaft würzen.

Räucherlachs in kleine Stücke schneiden. Paprikaschote waschen, trocknen und fein würfeln. Die äußere Schicht der Frühlingszwiebeln abziehen und die Wurzelansätze entfernen. Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden.

Die vorbereiteten Zutaten mit dem gewürzten Frischkäse vermengen. Etwas Meerrettich reiben (oder Meerrettich aus dem Glas) und hinzufügen. Chicorée-Blätter auf Tellern auslegen und mit der Creme füllen.

Koch: Rainer Sass

Zutaten für Chicorée mit Frischkäse-Kräuterfüllung:

- 2 Knollen Chicorée
- 250 g Frischkäse
- 3 EL Sahne
- 2 Päckchen (unterschiedliche Sorten) Kresse
- 3 Zweige Dill
- 1 Bio-Orange
- Zitronensaft
- 1 Prise Piment d'Espelette
- Salz
- Olivenöl

Chicorée-Knollen in Blätter teilen. Frischkäse, Sahne und etwas Olivenöl in eine Schüssel geben und verrühren. Die Masse mit etwas Zitronensaft, Piment d'Espelette und Salz würzen.

Dill säubern, von den Stielen zupfen und grob hacken oder schneiden. Kresse-Blätter von den Stielen schneiden. Beides zur Frischkäsemasse geben. Orange bis unter die Haut schälen und das Fruchtfleisch ausschneiden. Die Orangenfilets halbieren und zum Frischkäse geben. Wer mag, kann noch etwas geriebene Orangenschale hinzufügen.

Die Frischkäsecreme in die Chicorée-Blätter füllen, auf Tellern anrichten und mit einigen Kresse-Blättern bestreuen.

Koch: Rainer Sass

Koch/Köchin:

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen