



Chicorée

Chicoréegemüse mit Kartoffel-Möhrenpüree

Zutaten: 1 kg Kartoffeln, 650 g Möhren, Kräutersalz, frischer Pfeffer aus der Pfeffermühle, frisch geriebene Muskatnuß, 500 g Chicoree, Sonnenblumenoel, getrockneter Salbei, 150 ml Gemüsebrühe, Saft einer Bioorange

Zubereitung: Kartoffeln und Möhren schälen, in kleine Stücke schneiden und im Salzwasser zugedeckt etwa 15 Minuten weich kochen. Kochwasser abgießen und Gemüse mit einem Kartoffelstampfer fein zerdrücken. (Tipp: Wer den Gemüsebrei cremiger haben möchte, kann wenige Esslöffel Kochwasser unterrühren.) Gemüsemus mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Chicoréekolben putzen (dabei den bitteren Strunk entfernen), waschen und der Länge nach halbieren. Fett in einem breiten Topf erhitzen und die Chicoréehälften darin von beiden Seiten kurz anbraten. Chicorée mit Kräutersalz, Pfeffer und Salbei würzen. Mit Gemüsebrühe und Orangensaft ablöschen. Chicorée zugedeckt circa 8 Minuten bissfest dünsten. Chicoréehälften und Kartoffel-Möhrenpüree auf Tellern anrichten. Chicorée mit Orangensauce (Dünstflüssigkeit) übergießen.