

Kochen mit Männern im Pfarrheim Spay

Chicorée



Veranstalter Kfd - Spay

08.04.2015

Chicorée-Orangen-Salat

2 EL Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten, auf Küchenpapier abkühlen lassen.

6 schwarze Oliven ohne Steine grob hacken.

3 Chicorée-Kolben, Blätter abziehen, waschen, trocken tupfen und auf einer großen Platte bereitlegen.

3 Orangen gründlich schälen, Filets rausschneiden, Saft auffangen.

Orangenfilets zwischen die Chicoréeblätter legen.

1 rote Zwiebel schälen und in feine Ringe schneiden, auf den Orangenfilets verteilen.

1 Orange halbieren und den Saft auspressen.

1 Zitrone halbieren, Saft auspressen.

4 EL Olivenöl mit dem Zitronensaft, Orangensaft verrühren, mit Salz, Pfeffer, Kardamon abschmecken und auf dem Salat verteilen.

Salat mit Pinienkerne und Oliven bestreuen und sofort servieren.

Chicorée-Kartoffel-Krabben-Suppe

100 g Nordseekrabbenfleisch in einem Sieb unter fließendem Wasser abspülen und abtropfen lassen.

2 Chicorée putzen, längs halbieren, den Strunk keilförmig ausschneiden, jeweils das obere Drittel in sehr feine dünne Streifen schneiden für die Garnitur zur Seite legen.

Restlichen Chicorée in breite Stücke schneiden.

350 g mehlig kochende Kartoffeln schälen und würfeln.

1 Zwiebel schälen und fein würfeln.

2 EL Butter in einem Topf erhitzen, Zwiebeln darin andünsten, Kartoffeln dazugeben und mit andünsten.

700 ml Gemüsebrühe angießen.

1 Lorbeerblatt zugeben, aufkochen und bei milder Hitze 25 Minuten köcheln lassen.

Die letzten 5 Minuten den Chicorée dazugeben.

Lorbeerblatt aus der Suppe nehmen.

200 g Sahne angießen, Suppe fein pürieren.

Mit Salz, Pfeffer abschmecken.

Suppe in vorgewärmte mit den Chicorée-Streifen und Krabben anrichten.

Menü

Chicorée-Kartoffel-Krabben-Suppe

Chicorée-Orangen-Salat

Pasta mit Chicorée

Gefüllter Chicorée

Gedünsteter Chicorée in Senfsahne

Schoko-Mokka-Soufflé

Pasta mit Chicorée

1 Zwiebel,
2 Knoblauchzehen schälen und fein würfeln.

2 Chilis halbieren, entkernen und fein schneiden.

4 Anchovis grob scheiden.

1 Tasse schwarze Oliven ohne Steine.

1 dicker Chicorèekolben - welke Blätter entfernen, bitteren Kern rausschneiden, dann in Streifen schneiden.

250 g Spaghetti in kochendem Salzwasser al dente kochen.

Zwiebel, Knobi, Chili in einem Topf mit Olivenöl andünsten.
Anchovis und Oliven zugeben, kurz mit dünsten.

Chicorée und 6 Cocktailtomaten mit dünsten, etwas gehackte Basilikum einrühren.

Nach kurzer Zeit lässt sich die Tomatenhaut abziehen.

Spaghetti auf ein Sieb schütten und tropfnass unter den Chicorée mischen.

Pasta mit Chicorée auf vorgewärmte Teller anrichten und mit geriebenem Parmesan bestreuen.

Schoko-Mokka-Soufflé

Zutaten für 8 Stück

Backofen auf 160° (Umluft) vorheizen.

8 hitzebeständige Förmchen mit Butter einfetten und mit Zucker bestreuen.

4 Eier trennen.

Eigelbe mit 100 g Zucker im Wasserbad aufschlagen, bis die Masse sämig ist.
50 g Mehl, 1 TL Backpulver zufügen.

1 Vanillestange aufschneiden, Mark herauskratzen
200 g Edelbitter-Schokolade 85%, im Wasserbad schmelzen.

Eimasse und 1 Tasse kalter Espresso oder starken Kaffee unter die flüssige Schokolade rühren.

Eiweiß steif schlagen, dabei 20 g Zucker zugeben.

Eiweiß vorsichtig nach und nach unter die Schokomasse heben und in die Förmchen füllen.

Auf der mittleren Schiene im Backofen 20 Minuten backen.

Küchlein auskühlen lassen.

Mit flüssiger weißer Schokolade (für Glasur) übergießen.

Mit gehackten Mandeln oder Pistazien bestreut servieren.

Gedünsteter Chicorée in Senfsahne

4 mittelgroße Chicorèekolben (ca. 600 - 700 g).

Die welken äußeren Blätter entfernen. Längs halbieren und den bitteren Strunk keilförmig ausschneiden.

Puderzucker in einen Topf ausstreuen, karamellisieren, 2 EL Butter darin auflösen.

Die Chicorèestauden mit der Schnittfläche in den Topf legen, kurz andünsten, mit $\frac{3}{8}$ l trockener Weißwein und $\frac{1}{8}$ l Wasser begießen.
Zugedeckt bei schwacher Hitze 10 Minuten garen.

200 g Reis mit doppelter Menge Flüssigkeit (Fleischbrühe, Salzwasser mit Safran oder Kurkuma) je nach Geschmack und Sorte kochen.

Chicorée mit einem Schaumlöffel herausnehmen und über dem Topf abtropfen lassen. Auf eine Platte legen, salzen, pfeffern und zudecken.

3 EL grobkörnigen Senf und 250 g Crème fraîche in den verbleibenden Weinsud rühren und um gut ein Drittel einkochen lassen.
Die Sauce mit Salz und Pfeffer pikant abschmecken.

Chicorée hineinlegen und darin etwa 5 Minuten erwärmen.

Chicorée auf vorgewärmte Teller mit der Senfsahne und den Reis anrichten. Senfsahne mit Kresse bestreuen.

Gefüllter Chicorée

4 mittelgroße Chicorèekolben (ca. 600 - 700 g)
Die welken äußeren Blätter entfernen. Längs halbieren und den bitteren Strunk keilförmig ausschneiden.
Die kleinen Blätter in der Mitte herausnehmen, ganz fein schneiden und beiseite legen.

Den Chicorée in kochendem Salzwasser kurz blanchieren, herausnehmen und unter kaltem Wasser abschrecken, auf ein Sieb legen und abtropfen lassen.

Chicorèehälften mit 250 g Mett füllen.

Baconscheiben überlappt auf die Arbeitsplatte legen, gefüllte Chicorèekolben damit umwickeln und mit den Enden in eine ausgefettete Auflaufform setzen.

Im vorgeheizten Backofen bei 200° ca. 20 Minuten garen.

100 g Schalotten schälen, fein würfeln, etwas Olivenöl in einem Topf anschwitzen, Schalotten glasig andünsten, den fein gehackten Chicorée mit andünsten.

Etwas Tomatenmark mit andünsten, mit einem Schuss Rotwein ablöschen und mit Tomaten-Parmalat auffüllen, mit Salz, Pfeffer, Zucker und Basilikum abschmecken.

Kleine Kartoffeln schälen und in kochendem Salzwasser ca. 20 Minuten garen

Chicorée mit der Tomatensauce und den Salzkartoffeln servieren.