

# Chicorée, geschmort

Gemüse

Vorbereitungszeit: 15 Minuten } 1 Stunde  
Zubereitungszeit: 45 Minuten

ZUTATEN für ... Personen		4	6
Zwiebeln	g	100	150
Chicorée (4 oder 6 Stück à 350 g)	g	1400	2100
Öl	EL	2	3
Tiroler Speck in dünnen Scheiben	g	100	150
Butter	g	30	45
Weißwein, trocken	ml	100	150
Gemüsefond	ml	200	300
Salz, schwarzer Pfeffer			
Petersilie, glatt	Bund	1	1½
Zitronensaft, frisch gepresst	EL	2	3
Crème fraîche	g	150	225

## VORBEREITEN:

1. Zwiebeln klein hacken.
2. Die äußeren Chicoréeblätter entfernen, den Strunk keilförmig ausschneiden.
3. Gemüsefond und Weißwein bereitstellen.
4. Zitronensaft herstellen.

## ZUBEREITUNG:

1. Öl in Bräter erhitzen. Speck darin bei mittlerer Hitze von beiden Seiten kurz knusprig anbraten und herausnehmen.
2. Chicorée im Speckfett anbraten und herausnehmen.
3. Zwiebeln und Butter zugeben und bei mittlerer Hitze 3 Minuten dünsten.
4. Wein und Gemüsefond angießen. Chicorée wieder zugeben. Leicht salzen und pfeffern. Chicorée zugedeckt 40 Minuten sanft schmoren. Mehrfach wenden.
5. Speck in Streifen schneiden. Petersilie fein hacken.
6. Chicorée aus dem Bräter nehmen und warm halten.
7. Speck, Zitronensaft und Crème fraîche zugeben. Kurz aufkochen. Salzen und pfeffern und die Petersilie zugeben.
8. Chicorée mit der Sauce übergießen und anrichten.

## BEILAGEN / GETRÄNKE:

- \* reichlich Salzkartoffeln wegen Sauce.
- ➔ *Als Hauptgericht ohne Vor- u. Nachspeise, Mengen evtl. erhöhen.*

Kcal pro Portion: 351 Trennkost: - \* R-183.DOC