

Hier und heute



Geschmorter Chicorée mit Wildschinken, karamellisierten Nüssen und Feldsalat

Deftig und fein: Fabian Timmer macht geschmorten Chicorée mit Wildschinken und karamellisierten Nüssen.

Rezept

In Honig und Orange geschmorter Chicorée mit Wildschinken, karamellisierten Nüssen und Feldsalat

von Fabian Timmer für vier Personen

Zutaten

Für den Chicorée

- 4 Chicorée
- 2 EL Honig
- Saft von 2 Orangen (frisch gepresst)
- 1 EL Butter
- 1 Orange (für Filets)
- 1 Grapefruit (für Filets)
- 1 Prise Salz
- frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Für die karamellisierten Nüsse

- 100 g Walnüsse oder Pekannüsse
- 2 EL Zucker
- 1 TL Butter
- 1 Prise Fleur de Sel

Für den Salat

- 100 g Feldsalat (geputzt)
- 8 Scheiben Wildschinken
- 1 TL Senf (mittelscharf)
- Salz und Pfeffer
- optional: 1 Spritzer Zitronensaft

Zubereitung

Chicorée schmoren

Den Chicorée waschen, halbieren und den Strunk vorsichtig herausschneiden.

Die Butter in einer großen Pfanne zerlassen. Die Chicorée-Hälften mit der Schnittseite nach unten darin anbraten, bis sie leicht gebräunt sind.

Den Honig in die Pfanne geben und kurz karamellisieren lassen.

Mit dem frisch gepressten Orangensaft ablöschen, salzen und pfeffern. Die Pfanne mit einem Deckel abdecken und den Chicorée bei mittlerer Hitze circa 10 Minuten schmoren, bis er weich, aber noch bissfest ist. Zwischendurch mit der Soße übergießen.

Dressing aus Orangenfond

Den Orangenfond nach dem Schmoren des Chicorées in eine Schüssel abgießen.

Ggf. den Fond leicht einkochen, um den Geschmack zu intensivieren und eine dickere Konsistenz zu erreichen.

Mit Senf, Salz und Pfeffer abschmecken und optional mit einem Spritzer Zitronensaft abrunden.

Karamellierte Nüsse

Hier und heute



Den Zucker in einer Pfanne bei mittlerer Hitze schmelzen lassen, bis er goldbraun karamellisiert.

Die Nüsse und die Butter hinzufügen, gut vermischen und mit einer Prise Fleur de Sel verfeinern.

Die Nüsse auf Backpapier geben und auskühlen lassen.

Orangen- und Grapefruitfilets

Die Orange und die Grapefruit mit einem scharfen Messer so schälen, dass die Filets frei liegen.

Die Filets mit einem dünnen Messer zwischen den Trennhäuten ausschneiden.

Den übrigen Saft mit der Hand aus den Resten auspressen und zum Orangensaft für den Chicorée geben.

Salat vorbereiten

Den Feldsalat waschen und trocken schleudern.

Kurz vor dem Servieren mit dem vorbereiteten Dressing marinieren.

Anrichten

Je zwei Hälften des geschmorten Chicorées auf einen Teller legen. Mit etwas Soße aus der Pfanne beträufeln.

Den Wildschinken dekorativ um den Chicorée legen.

Den marinierten Feldsalat daneben anrichten und die karamellisierten Nüsse darüber streuen.

Mit den Orangen- und Grapefruitfilets garnieren.