

Chicorée auf Meersalz gegart mit Linsensalat

Zutaten für 4 Personen

Chicorée

4 Stk. Chicorée
1 kg Meersalz
schwarzer Pfeffer
etwas Haselnussöl

Linsen

30 g Linsen
1 Stk. geschälte Zwiebel
50 g mageren Speck
200 ml Gemüsefond
¼ Stange Lauch
1 Stk. Knollensellerie
1 Stk. Karotte
12 Blätter getrockneter Sellerie
12 Stk. Schnittlauchspitzen
50 g Butter
etwas Rapsöl, Apfelessig
Meersalz

Zubereitung

Chicorée

Das Meersalz zur Hälfte in einer Pfanne ausbreiten, den Chicorée darauf setzen und mit dem restlichen Meersalz bedecken

Im Vorgeheizten Backofen 180°C Ober & Unterhitze, ca. 45 Minuten garen

Anschließend die Äußeren Blätter des Chicorées entfernen und halbieren

Noch warm mit Haselnussöl beträufeln und dem Pfeffer würzen, bereitstellen

Linsen

Die Linsen können wie folgt auch am Vortag zubereitet werden

Die Zwiebel in kleine Würfel schneiden und in der Butter gold – gelb anschwitzen, die Linsen zugeben und mit einem guten Apfelessig ablöschen, die Linsen mit dem Essig glacieren, den Speck zugeben und anschließend mit dem Gemüsefond aufgießen

Bei kleiner Hitze und geschlossenem Topf ca. 2 Stunden garen

Lauch, Knollensellerie und Karotte vorbereiten und in gröbere Würfel schneiden

Den Speck aus den Linsen nehmen und in feine Scheiben schneiden

In etwas Rapsöl die Gemüswürfel mit dem Speck anbraten

Die Linsen noch mal nachschmecken

Schnittlauchspitzen und getrocknete Sellerieblätter als Garnitur dazu geben

