

Rezept

Chicorée in Currysauce

Ein Rezept von Chicorée in Currysauce, am 11.05.2026

Zutaten

4 kleine Chicorée (ca. 500 g)	Salz
Pfeffer	30 g + 1 EL Butter
30 g Mehl	1 TL Currypulver
180 ml Gemüsebrühe	180 ml Milch
Zucker	2 Scheiben Toastbrot
1/2 Bund Petersilie	abgeriebene Schale von ½ Bio-Orange

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 200 kcal

Zubereitung

1. Den Chicorée putzen, halbieren und waschen. In einem weiten Topf oder in einer Pfanne in wenig kochendem Salzwasser 5 Min. garen.
2. Den Backofen auf 200° vorheizen. 30 g Butter in einem Topf schmelzen. Mehl und Curry darüberstäuben und kurz anschwitzen. Unter Rühren mit Brühe und Milch ablöschen. Unter Rühren aufkochen und bei mittlerer Hitze 5 Min. köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.
3. Den Chicorée herausheben, abtropfen lassen und die Hälften in vier kleine Auflaufförmchen verteilen. Currysauce darübergießen. Im Ofen (Mitte; Umluft 180°) 15 Min. backen.
4. Den Toast fein zerbröseln und in 1 EL heißer Butter goldbraun rösten. Salzen, aus der Pfanne nehmen und abkühlen lassen. Petersilie waschen, trocken schütteln und abzupfen, fein hacken. Brösel, Orangenschale und Petersilie vermengen. Chicorée aus dem Ofen nehmen und die Brösel darüberstreuen. Mit Baguette servieren.