

CHICORÉE MIT ORANGEN



Zutaten für 2 Personen:

400g Chicorée
1 Zwiebel
1 Orange
300 ml Orangensaft
50 ml Olivenöl
1 TL Agavendicksaft
10 g Speisestärke
2 gestr. TL Paprika edelsüß
1 gestr. TL Räucherpaprika
Salz nach Geschmack

Den Chicorée waschen und trocken tupfen. Halbieren und den Strunk entfernen, größere Stauden vierteln.

Zwiebel in halbe Ringe schneiden.

Orange schälen und filetieren.

Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln unter Rühren anschwitzen, salzen. Agavendicksaft hinein geben und 2 Minuten lang karamellisieren lassen. Chicorée hinzufügen, erneut salzen, mit Paprikapulver (edelsüß und geräuchert) würzen. Weitere 2 Minuten dünsten, dann 260 ml Orangensaft angießen und 5 Minuten einkochen lassen.

Die Speisestärke mit 40 ml Orangensaft verrühren und unter Rühren zum Chicorée geben, Soße kurz eindicken lassen. Die Orangenspalten hinzugeben.

Tipp: *Kartoffelrösti passen vorzüglich zu diesem Gericht.*