

Mit Käse überbacken geht immer – sogar mit Chicorée...

**Rezept** • Besonders beliebt ist dieses Gemüse aus der Familie der Zichoriengewächse hierzulande nicht. In der Gastronomie kriegt man Chicorée höchstens blattweise im gemischten Salat. Ein Klassiker aber ist mit Käse überbackener Chicorée belgischer Art. Zugegeben: Zählt nicht zu unseren absoluten Favoriten und kommt vielleicht zwei- oder dreimal pro Jahr auf den Tisch. Eine Chicorée-Saison im engeren Sinn gibt es nicht, weil dieses Wurzelgemüse inzwischen fast durchweg im Gewächshaus kultiviert wird. Nach meiner Erfahrung sind sie am besten zwischen Februar und Mai. Angeboten werden Chicorée... ja, was eigentlich? ...knospen in Supermärkten praktisch immer zu zweit oder dritt im durchsichtige Tütchen verpackt. Und zwar die von der blassen Sorte. Auf Wochenmärkten bekommt man auch die schicke Sorte mit den leicht violetten Blättern. Das Kriterium für die Auswahl für dieses Gericht ist die Größe, denn die Bollen müssen ganz und quer in die Auflaufform passen. *[Lesezeit ca. 3 min]*

Im Prinzip wird vorgekochter Chicorée in Kochschinken gewickelt, in eine helle Sauce gelegt und mit Käse überbacken – simpel genug. Es gilt bei der Zubereitung ein paar Tipps zu beachten. Dazu später mehr.

## Die Zutaten (für 2 Hauptgerichtportionen):

4 gleich große Chicorée-Knospen der bleichen Sorte

4 Scheiben Kochschinken

Butter, Mehl, Milch

Salz, weißer Pfeffer, Muskat, Zucker

Zitronensaft

junger Gouda zum Überbacken

## Die Zubereitung

Chicorée ist eine bittere Angelegenheit. Aber schließlich gehören bittere Produkte zum großen Aromaspektrum des Kochens. Allerdings gibt es – wie bei den anderen Geschmacksempfindungen auch – eine Schwelle, an der Wohlgeschmack in Igitt! umschlägt. Die liegt bei bitteren Lebensmittel bei den meisten Menschen recht niedrig. Deshalb muss man dem Chicorée ein bisschen Bitterkeit austreiben. Übrigens: Verwendet man ihn roh, verwendet man meisten nur die äußeren Blätter, die am wenigsten bitter schmecken. Am

meisten Bitternis steckt in dem Strunk, den du deshalb tunlichst aus der Knospe rausschneidest.

Für diesen Auflauf muss der Chicorée vorgegart sein. Und jetzt wird's schwierig, denn den richtigen Gargrad zu treffen ist nicht leicht. War er zu kurz im Kochwasser, essen sich die Blätter zäh; war er zu lang drin, zerfallen die Knospen zu Matsch. Der von mir verwendete Standard-Chicorée hat Knospen, die ungefähr so lang sind, wie meine Hand und so dick, dass ich sie an der dicksten Stelle gerade eben nicht mit Daumen und Zeigefinger umfassen kann. Diese Dinger brauchen um die 8 Minuten bis zur perfekten Garung. Also: Probier's aus!

In das Wasser gehört neben Salz auch eine gute Prise Zucker sowie ein Schuss Zitronensaft (du kannst auch eine dicke Scheibe Zitrone mitkochen). Du bringst es einmal zum Kochen, drehst die Platte dann runter, dass es nur etwas stärker simmerst und legst dann die zarten Pflänzchen hinein.

Im Originalrezept wird eine Mehlschwitze mit Kondensmilch(!) erzeugt, ich bleibe lieber bei der ganz normalen Kuhmilch. Während also die Knospen im Wasser baden, rührst du eine 08/15-Bechamel an, schwitzt also in einem EL aufgeschäumter Butter 1 EL Mehl an und löschst mit Milch ab. Rühr so lange bis es eine Art Creme ergibt und rühr dann so lange Milch hinein, bis die Sache sossig wird. Gewürzt wird mit Salz, frisch geriebenem Muskat und – Achtung! – weißem Pfeffer, denn der gehört in Belgien zwingend zu Chicorée-Gerichten. Ein wenig Zucker und Zitronensaft hebt das Aroma.

Die Knospen müssen nach dem Kochen gut abtropfen. Ich leg sie zwischen je zwei Lagen Küchenhandtücher und lass sie so eine gute halbe Stunde ruhen. Dann nimm ich ein trockenes Tuch und drück jede einzelne Knospe ganz leicht aus.

Du butterst die gewünschte Auflaufform aus und gießt die Hälfte der Bechamel auf den Boden. Dann wickelst du jeden Chicorée in eine Scheiben Kochschinken und legst ihn hinein. Gib den Rest Sauce drüber und streu am Ende den geraspelten Gouda auf die Sache. Der Ofen sollte auf 150° Umluft eingestellt sein. Da es nichts mehr zu garen gibt, richtet sich die Backzeit daran, welchen Farbzustand die Käsekruste kriegen soll.

In Belgien isst man Mischbrot dazu und tunkt damit die Sauce auf. Und natürlich trinken sie

im Land der verrückten Biere Gerstensaft zum überbackenen Chicorée.