

Warmer Chicorée-Orangen-Salat mit Polenta-Würfeln

Für 2 Personen

ca. 300 ml Fleischbrühe	80 g Maisgrieß	30 g Parmesan
Salz, Pfeffer	2 Orangen	1 Schalotte
2 Chicorée	1 EL Butter	1 Prise Zucker
1 Ei	3 EL Weißbrotbröse	3 EL Olivenöl

Für die Polentaplätzchen Brühe in einen Topf geben und aufkochen. Unter stetigem Rühren langsam den Maisgrieß einrieseln lassen und bei geringer Hitze quellen lassen (Quellzeit ist abhängig von der Grießsorte, dazu Packungsangabe beachten). Parmesan fein reiben und unter die gequollene Polenta mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Ein tiefes Backblech oder eine Auflaufform mit Frischhaltefolie auslegen und die Grießmasse einfüllen und erkalten lassen (am besten über Nacht.) Polenta aus der Form stürzen, die Folie abziehen und Polenta in ca. 6 cm große Würfel schneiden. Für den Warmen Chicorée-Orangensalat Orangen mit einem Messer schälen, dass nichts Weißes mehr am Fruchtfleisch haftet. Dann die Fruchtflets herauschneiden, am besten direkt über einer Schüssel, so kann etwas Fruchtsaft aufgefangen werden. Schalotte schälen und fein schneiden. Den Chicorée halbieren, den Strunk in der Mitte herauschneiden und Chicoree in Streifen schneiden. In einer Pfanne mit 1 EL Butter die Schalotte anschwitzen, Zucker zugeben und diesen karamellisieren. Dann 2/3 der Chicoréestreifen zugeben, Orangensaft zugeben und kurz schwenken. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Polentawürfel durchs verquirlte Ei ziehen und mit den Bröseln panieren. In einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl von beiden Seiten anbraten . Restliche Chicoréestreifen und Orangenfilets in eine Schüssel geben, warmen Chicorée mit der Flüssigkeit aus der Pfanne zugeben. 1 EL Olivenöl untermischen und abschmecken. Den Salat anrichten, die Polentawürfel dazugeben und servieren.

Vincent Klink am 06. März 2014