

Gefüllte Chicoréeblätter



Zutaten für 8-12 Stück:

- 1 größerer Chicorée
- 1 Tomate
- 3 Scheiben Emmentaler (ca. 100 g)
- 3 Scheiben etwas dicker geschnittener gekochter Schinken (ca. 100 g)
- 1-2 Mandarinen
- 10-12 schwarze Oliven ohne Kern

Marinade:

- 2 Msp Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- Saft von 1 Zitrone
- 3 EL neutrales Öl
- 1 EL Ahornsirup (ersatzweise Honig)

1. Chicorée in Blätter teilen, waschen und vorsichtig trocknen, damit die Blätter nicht brechen. Die harten Strunkteile wegschneiden.

2. Tomate, Käse und Schinken in gleich große Würfel schneiden. Mandarinspalten in je 3 Teile schneiden.

3. Die Marinade aus 2 Msp Salz, Pfeffer, Zitronensaft, Öl und Ahornsirup rühren. Die Würfel in der Marinade wenden und auf den Chicoréeblättern anrichten.

4. Mit Olivenscheiben garnieren.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 10 min, Amuse-Gueule, Vorspeisen, Häppchen, Schinken, international

Rezept und Foto: Walter
Stand 15.01.2023