

Geschmorter Brüsseler mit Blutorangen



Zutaten für 8-10 Portionen:

10 Blutorangen
8 Brüsseler Chicorée
3 EL Zucker
etwas Rapsöl
Salz, Pfeffer aus der Mühle
200 g dünn geschnittener Rohschinken
100 g Butter

Zubereitung:

Ofen auf 180°C vorheizen.

Von den Blutorangen den Saft auspressen.
Brüsseler der Länge nach halbieren und leicht mit Zucker bestreuen.

In einer Pfanne Rapsöl erhitzen und die Brüsselerhälften darin goldbraun anbraten.

So viel Blutorangensaft angießen, dass die Brüsselerhälften zu 2/3 in der Flüssigkeit liegen, aber nicht vollständig bedeckt sind.
Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Ein Stück Backpapier in der Pfannengröße ausschneiden, in die Papierkreismitte ein kleines Loch schneiden und den Chicorée mit dem Papier abdecken.

In den Ofen schieben und ca. 20 Minuten leicht köchelnd schmoren.

Den geschmorten Chicorée aus der Pfanne nehmen, zum Schmorfond ca. 2 EL Zucker geben und den Schmorfond ca. 5 Minuten sirupartig einkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Rohschinkenscheiben in einer Bratpfanne mit der Hälfte Butter beidseitig kross anbraten, aus der Pfanne nehmen und warm stellen.
In der noch heißen Pfanne die restliche Butter schmelzen und braun anrösten (Achtung: Die Butter erhält einen angenehmen Nussgeschmack. Verbrennt aber sehr schnell und wird dann bitter).

Brüsseler anrichten, Rohschinkenscheiben darauf geben und mit der braunen Butter und dem Blutorangensirup beträufeln.

Nach Belieben Polenta dazu servieren.