Chicoree überbacken

Aufläufe » Vegetarische Aufläufe

Zutaten (4 Personen)

» 4 Chicoreestaude(n)
» 2 Eigelb
» 250ml Schlagsahne
» Salz & Pfeffer

Bewertung

Beschaffung
in jedem Discounter

Kosten
bis 5€

Zubereitungszeit
31-60min

Zubereitung

1. Den Chicoree abbrausen, Strünke entfernen. Stauden in kochendem Salzwasser ca. 5min vorgaren. Abgießen, eiskalt abschrecken und abtropfen lassen.

2. Den Ofen auf 220°C vorheizen. Die Eigelbe mit der Sahne verrühren und mit Salz sowie Pfeffer würzen. Den Chicoree in einzelne Blätter teilen, sternförmig auf vier feuerfesten Tellern anrichten und mit der Eiersahne übergießen. Im Ofen in ca. 10min goldgelb überbacken, bis die Eiermasse gestockt ist.

Nährwerte: 240kcal/E5g/F22g/KH4g pro Portion

angelegt am: 20.11.2003 Rezept-Nr: 729

Die Rezept-Datenbank - http://www.Rezept-Insel.de - ©2024 M.Hennicke