



Chicorée Auflauf mit Lamm - Gehacktem und Zitronen - Minzdip

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 30m
- **Fertig in** 50m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '50', 'cook_time' : '30m', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Für jeden Tag, schnell, einfach raffiniert, pikant

Zutaten

- 4 Chicorée à 150g p.P.
- 400 g Lammgehacktes (geht auch mit Rindergehacktem)
- 50 g getrocknete Tomaten, gewürfelt
- 2 fein geschnittene Knoblauchzehen
- 4 Scheiben Toastbrot, eingeweicht
- 2 Eier
- 70 g gehobelten Gouda
- 30 g Butter
- 2 Tl Kreuzkümmel
- 1 kleines Bund gehackte Petersilie
- Etwas Puderzucker
- Für den Zitronen - Minz-Dip:
 - 150 ml Bio Joghurt
 - 100 g saure Sahne
 - Etwas Zitronensaft und Abrieb
 - 4 Minze-Zweige, gehackt
 - Salz und Pfeffer

Zubereitungsart

Schritt1

Vorgehensweise in folgenden Schritten.

Schritt2

Der Chicorrèe:

Schritt3

Zunächst den Chicorrèe putzen, halbieren und den Strunk keilförmig heraus schneiden, in kaltes Wasser legen. (wg. der Bitterstoffe im Chicorrèe)

Schritt4

Die Füllung:

Schritt5

Die gewürfelten Zwiebeln mit dem Knoblauch glasig anschwitzen und die gewürfelten Tomaten kurz mit angehen lassen.

Schritt6

Das eingeweichte Toastbrot mit dem Gehackten, den Eiern und den Zwiebeln und dem Knoblauch verarbeiten, kräftig salzen, pfeffern, die Tomaten dazu geben.

Schritt7

Nunmehr Chicorrèe Hälften in eine mit etwas Puderzucker gebutterte Auflaufform setzen und die Füllung verteilen.

Schritt8

Für 25 - 30 min. in den vorgeheizten Ofen bei 180° C auf der

Schritt9

2. Schiene backen. Nach 15 min. mit dem geraspelten Käse gleichmäßig bestreuen.

Schritt10

Der Zitronen-Minzdip:

Schritt11

Den Bio Joghurt mit der sauren Sahne, Salz, Pfeffer, Zitronensaft und Abrieb, sowie den gehackten Minzblättern und etwas gemahlenem Chili verrühren, nachschmecken.

Schritt12

Anrichtevorschlag:

Schritt13

In der Auflaufform zu Tisch geben, dazu reiche ich körnigen Reis.

Rezeptart: Hackfleischgerichte **Tags:** für jeden tag, pikant, preiswert, schnell

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/chicoree-auflauf-mit-lamm-gehacktem-und-zitronen-minzdip/>