



Zutaten

- 2 Köpfe Frisee
- 2 Schalotten
- 1 Tomate
- 1 Knoblauchzehe
- 40 ml Rapsöl
- 30 ml Zitronensaft
- 6 Aprikosen
- 30 g Zucker
- 3 Zweige Thymian
- 60 g geröstete Haselnüsse

Beilage, Vorspeise

Geschmorter Frisee mit Thymian-Aprikosen und gerösteten Haselnüssen

Entdecken Sie unser köstliches Rezept für geschmorten Frisee mit Thymian-Aprikosen und gerösteten Haselnüssen. Jetzt nachkochen bei Kochateliers!

So wird's gemacht:

1. Den Frisee putzen und waschen bis er keinen Sand mehr hat. Die Schalotten pellen, in Streifen schneiden und in Rapsöl anschwitzen. Die Tomate überbrühen, die Haut abziehen und ebenfalls in Streifen schneiden. Zu den Schalotten den gewaschenen Frisee und den Knoblauch geben und mit etwas Gemüsebrühe ablöschen. Den Frisee im geschlossenen Topf 6-8 Minuten bei schwacher Hitze schmoren. Die Aprikosen halbieren und in Spalten schneiden. Zucker in eine Pfanne geben und karamellisieren. Den gehackten Thymian und die Aprikosen dazu geben und mit einem Schuss Apfelsaft ablöschen. Die Aprikosen kurz glasieren. Den geschmorten Frisee mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.