



REZEPT DER WOCHE

22.02. bis 28.02.2021

GRATINIERTER FENCHEL (Für 4 Personen) MIT STRAUCHTOMATEN

Das brauchen Sie:

- 4 Knollen Fenchel (Art.-Nr. 723)
- 8 EL Olivenöl (Art.-Nr. 8605)
- 2 Schalotten (Art.-Nr. 404)
- 2 Knoblauchzehen (Art.-Nr. 410)
- 2 Glas Riesling, trocken (Art.-Nr. 12200)
- 8 Strauchtomaten (Art.-Nr. 101)
- Salz, Pfeffer
- 4 EL Schmand (Art.-Nr. 2223)
- 8 EL Parmesan, frisch gerieben (Art.-Nr. 2504)
- frische Kräuter

Und so geht's:

Die äußere Blattschicht des Fenchel entfernen, den Rest in kleine Stücke schneiden und in Salzwasser 5 Minuten kochen. In einer Pfanne 2 Esslöffel Olivenöl leicht erhitzen, die kleingehackten Schalotten zusammen mit dem Knoblauch anbrutzeln. Anschließend mit dem Wein ablöschen.

Die zuvor geschälten und entkernten Romanatomen hinzugeben, pfeffern und salzen. 4 kleine Auflaufförmchen mit dem Rest Olivenöl einpinseln, den Fenchel aufteilen, darüber den Tomatensud geben. Jeweils einen Löffel Schmand darüber geben und danach für 3 Minuten in den vorgeheizten Ofen.

Dann den frischen Parmesan darüber streuen, backen bis er bräunlich wird und in den Auflaufförmchen servieren. Das Ganze abschließend mit frischen Kräutern nach Geschmack würzen.

Bei Rückfragen sind wir gerne für Sie erreichbar:

Tel. (0 72 23) 8 06 22 30
E-Mail: info@deckersbiohof.de

www.deckersbiohof.de

Wir wünschen Ihnen
gutes Gelingen!

DECKERSBIOHOF