



- Rezept der Woche -

Gebackener Fenchel

Zutaten für 2 Personen:

- 2 Fenchelknollen
- 2 EL Honig oder Agavendicksaft
- 1 Teelöffel Thymian
- 150 g Fetakäse oder Ziegenfrischkäse
- 40 g Walnusskerne
- Salz & Pfeffer
- Öl

Zubereitung

- Ofen auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Fenchelknollen längs halbieren, Strunke entfernen und die Hälften in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden
- Backpapier auf ein Backblech legen und dünn mit Öl bestreichen. Fenchelscheiben so darauf verteilen, dass sie nicht überlappen und für 30 Minuten im Ofen.

Tipp: Wenn man den Fenchel vor dem Backen blanchiert, verkürzt sich die Garzeit im Ofen auf etwa 15 Minuten

- Blech aus dem Backofen nehmen und etwas Salz und Pfeffer, sowie Honig und Thymian über die Fenchelscheiben geben
- Fetakäse auf dem Fenchel zerbröseln oder Ziegenfrischkäse vorsichtig auf den Fenchel streichen
- 10 Min im Ofen (Mitte) backen und danach die Scheiben mit den Walnusskernen bestreuen.
weitere 5 Min. backen
- Mit Salat servieren

Guten Appetit!