

Caramellisierte Fenchel

Eine schnellzubereitete Beilage mit einer leichten Anisnote.



15 Min

Aktive Zeit



15 Min

Gesamtzeit



Zutatenliste für 4 Personen

Mengenangaben

400g Fenchel mit Kraut, längs in Achteln, wenig Kraut beiseitegestellt **Saison**

1 EL Rapsöl

2 TL Zucker

Salz, Pfeffer

Muskatnuss, gerieben

30g Butter

1 EL Pinienkerne, geröstet

Und so wird's gemacht

1 von 1

ZUBEREITEN

Fenchel ohne Fett beidseitig je ca. 3 Minuten anbraten. Öl die Hälfte des Fenchelkrauts und Zucker dazugeben, würzen, Muskat und Zucker dazugeben. Zugedeckt leicht karamellisieren. Fenchel anrichten, mit Pinien und restlichem Fenchelkraut garnieren.

Dazu passt Poulet