

Fenchel vom Grill

Zutaten

- 1 Fenchelknolle
- 1 EL Olivenöl
- Salz, Pfeffer

Zubereitung

Grüne Stängel des Fenchels entfernen und den Fenchel längs in 0,5-1 cm dicke Scheiben schneiden. Von beiden Seiten je 3-4 Minuten grillen und dabei mit Olivenöl einpinseln. Mit Salz und Pfeffer würzen und servieren.

Gegrillter Fenchelsalat

Zutaten

- 1 Fenchelknolle
- 2 Orangen
- 1 EL Dijon Senf
- 50 ml Olivenöl
- Salz, Pfeffer

Zubereitung

Grill vorheizen. Eine Orange auspressen und den Saft mit Senf, Öl, Salz und Pfeffer zu einem Dressing mischen. Aus der anderen Orange Filets herausschneiden. Fenchel wie oben beschrieben grillen und die gegrillten Scheiben dann grob hacken. Anschließend mit den Orangenfilets und dem Dressing vermengen. Zum Garnieren eignen sich Mandelsplitter und gehackte Minze.

