Ein Rezept von **Tiny Spoon** · Julia Radtke

Beilagen / Abendessen / Glutenfrei / Super Food /

Ofen-Fenchel mit Ziegenkäse & Pinienkernen

Darf ich vorstellen? Meine aktuelle Sucht – gebackener Fenchel! Schon seit Wochen stopfe ich mich zu jeder Gelegenheit mit geschmortem Fenchel voll. Was als Beilage angefangen hat, wurde nun zu einer richtigen Mahlzeit. Denn bestückt mit Ziegenkäse, Pinienkernen und Honig bekommt mein schnöder Ofen-Fenchel eine ganz neue Dimension. Ich bin verliebt! Ich brauche gar nichts anderes dazu und bin glücklich, wenn ich meine Gabel direkt in die Auflaufform halten kann. Auf einem Salatbett mit Zitrusfrüchten ist er aber auch spektakulär gut und ich sehe mich schon bei der nächsten Grillparty mit genau so einer Kombination aufkreuzen.

Zutaten für 2 Portionen

- 4 - Fenchel
- 3 EL - Olivenöl
- 1 Spritzer - Zitronensaft
- 100 gr - Ziegenkäse
- 1 EL - Pinienkerne
- 2 TL - Honig
- - Salz & Pfeffer

Zubereitung:

1. Den Backofen auf 190 Grad Umluft vorheizen.
2. Die Enden der Fenchelknollen entfernen und die äußerste Schicht des Fenchels abnehmen. Nun die Knolle in fingerdicke Scheiben schneiden und in eine Auflaufform legen.
3. Mit dem Olivenöl und einem Spritzer Zitronensaft beträufeln.
4. Für 20 Minuten im Backofen garen.
5. Den Ziegenkäse in Scheiben schneiden und auf dem vorgegarten Fenchel verteilen.
6. Die Pinienkerne gleichmäßig verteilen und mit dem Honig beträufeln.
7. Die Auflaufform nun für weitere 15 Minuten in den Backofen geben, bis die Pinienkerne und der Käse goldbraun geröstet sind.
8. Alles nach Belieben salzen & pfeffern und servieren.

Viel Spaß & Guten Appetit,
Eure Julia