

Zutaten:

4 kleine Knollen Fenchel
40 g Butter
3 El Olivenöl ev. etwas mehr
2 EL Zucker
1 TL Fenchelsamen
Grobes Meersalz und schwarzer Pfeffer
1 Knoblauchzehe, zerdrückt
50 g gehackter Dill
140 g Ziegenquark oder Ziegenfrischkäse
Abgeriebene Schale von 1 Zitrone

Zubereitung:

Vom Fenchel die Stängel mit dem Grün abschneiden und beiseite legen. Am Wurzelansatz eine dünne Scheibe abschneiden, darauf achten, dass die Knolle zusammenhält. Die Knollen der Länge nach in Scheiben schneiden.

Die Butter und die Hälfte des Öls in einer Pfanne erhitzen. Die Fenchelscheiben nacheinander in der Pfanne goldbraun braten. Erst wenden oder bewegen, wenn sie braun sind (2 Minuten). Nach und nach alle Scheiben braten und aus der Pfanne nehmen.

In der Pfanne den Zucker, Fenchelsamen und reichlich Salz und Pfeffer 30 Sekunden erhitzen, alle Scheiben in die Pfanne legen und 1-2 Minuten karamellisieren. Auf einem Teller abkühlen lassen.

Zum Servieren den Fenchel mit dem Knoblauch und dem Dill in eine Schüssel geben und vermischen. Fenchelscheiben auf einer Platte anrichten und löffelweise den Ziegenquark daraufsetzen. Mit Olivenöl beträufeln und mit Zitronenschale bestreuen. Mit dem Fenchelgrün garnieren. Bei Raumtemperatur servieren.

Quelle: Yotam Ottolenghi: Genussvoll vegetarisch. Verlag Dorling Kindersley