

Rezept

Fenchel in Speck

Ein Rezept von Fenchel in Speck, am 23.04.2024

Zutaten

4 kleine Fenchelknollen	Salz
8 Scheiben Südtiroler Brettspeck (ersatzweise Frühstücksspeck)	ca. 6 EL Olivenöl
	Holzspieße

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 230 kcal

Zubereitung

1. Die Fenchelknollen putzen, waschen und längs vierteln. Reichlich Wasser aufkochen, salzen und die Fenchelviertel darin ca. 15 Min. kochen. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen. Die Speckscheiben quer halbieren. Die Fenchelviertel mit Küchenpapier trocken tupfen und in die Speckscheiben einwickeln, mit Holzspießen feststecken.
2. In einer Pfanne das Öl erhitzen. Die eingepackten Fenchelstücke darin bei mittlerer Hitze rundum schön knusprig braten. Aus dem Öl heben und auf Küchenpapier entfetten. Warm servieren.