

Rezept

Fenchel mit Rosinen und Agavensirup

Ein Rezept von Fenchel mit Rosinen und Agavensirup, am 03.06.2025

Zutaten

| | |
|--------------------------|-----------------------------|
| 2 Knollen Fenchel | 2 EL Olivenöl |
| 2 EL Rosinen | 2 EL Mandelblättchen |
| 1 EL Agavensirup | Salz |
| Pfeffer | Parmesan (nach Belieben) |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 265 kcal, 17 g F, 6 g EW, 21 g KH

Zubereitung

1. Den Fenchel waschen und trocken tupfen. Das Grün mitsamt den harten Stielen abschneiden. Große Knollen jeweils längs vierteln, kleinere nur halbieren. Die harten Strünke herausschneiden.

2. Den Grill auf 170° vorheizen. Das Olivenöl auf eine Plancha oder in eine große Eisenpfanne geben und den Fenchel darin unter nur einmaligem Wenden 8 Min. grillen.

3. Die Rosinen und die Mandelblättchen darüberstreuen und den Agavensirup hinzufügen. Den Fenchel mit Salz und Pfeffer würzen, nochmals wenden und kurz weitergrillen. Mit frisch geriebenem Parmesan servieren.