

## Rezept

# Fenchelsalat mit Nusskrokant, Apfel- und Pancetta-Chips

Ein Rezept von Fenchelsalat mit Nusskrokant, Apfel- und Pancetta-Chips, am 29.03.2023

## Zutaten

<b>2 Knollen</b> Fenchel	Salz
<b>220 g</b> Zucker	<b>3</b> Zitronen
<b>1</b> Apfel	<b>3 EL</b> Haselnüsse
<b>1/2 TL</b> Salzflocken (oder 1 kräftige Prise Fleur de Sel)	<b>80 g</b> Pancetta (ital. Bauchspeck; in Scheiben)
<b>3 EL</b> Rapsöl	Pfeffer
<b>1 Bund</b> Rucola	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Zutaten für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 445 kcal

## Zubereitung

1. Am Vortag den Fenchel putzen, waschen und quer in sehr dünne Scheiben schneiden oder hobeln (zum Hobeln die Knollen ganz lassen, wenn Sie sie mit einem Messer schneiden, die Knollen halbieren). In einer Schüssel mit ½ EL Salz und 1 EL Zucker mischen. Die Zitronen auspressen. Die Hälfte des Safts mit den Fenchelscheiben mischen, den Rest kühl stellen. Den Fenchelsalat mindestens 8 Std. – am besten über Nacht – ziehen lassen.
2. Am Zubereitungstag den Backofen auf 90° vorheizen. Den restlichen Zitronensaft mit 125 g Zucker und ¼ l Wasser in einen Topf geben und 2 Min. kochen lassen. Den Apfel waschen und das Kerngehäuse ausstechen. Den Apfel quer in 2 mm dicke Scheiben schneiden, in den warmen Zitronensirup geben und 10 Min. ziehen lassen. Anschließend auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und im Ofen (Mitte, 80° Umluft) 4-6 Std. trocknen lassen, dabei ein- oder zweimal wenden. In die Backofentür einen Kochlöffel klemmen, damit die Feuchtigkeit gut abziehen kann. Die Apfelscheiben herausnehmen und auf dem Blech auskühlen lassen (dabei werden die Chips erst richtig knusprig). Sie können die Apfel-Chips auch in einem Dörrgerät trocknen.
3. In einer beschichteten Pfanne den restlichen Zucker mit 1 EL Wasser erhitzen, bis der Zucker goldgelb karamellisiert. Die Haselnüsse dazugeben und gut mit dem Karamell mischen. Die Nüsse auf einem großen Teller verteilen und mit Salzflocken bestreuen. Die Pfanne erneut erhitzen und die Pancettascheiben darin kross braten.
4. Den Haselnusskrokant grob hacken. Den Fenchelsalat abtropfen lassen, mit dem Öl verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Rucola abbrausen, trocken schütteln und die dicken Stiele abschneiden. Den Fenchelsalat mit Haselnusskrokant, Apfel- und Pancetta-Chips auf Tellern anrichten. Den Rucola zerzupfen und darüberstreuen.