

Rezept

Gerstentopf mit Fenchel

Ein Rezept von Gerstentopf mit Fenchel, am 27.04.2024

Zutaten

1 Bund Frühlingszwiebeln	1 große Knolle Fenchel
2 EL Olivenöl	1 l Gemüsebrühe
100 g kleine Gerstengraupen (Perlgraupen)	150 g Schafskäse (Feta)
4 EL Avjar (Paprikapaste, aus dem Glas)	1 EL Anisschnaps (z. B. Ouzo, ersatzweise etwas gemahlener Anis)
Salz	Pfeffer aus der Mühle

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Pro Portion** Ca. 260 kcal

Zubereitung

1. Die Frühlingszwiebeln waschen und putzen, die weißen und grünen Teile getrennt in feine Ringe schneiden. Den Fenchel waschen und putzen, das zarte Grün beiseitelegen. Die Knolle längs vierteln und in feine Streifen schneiden.
2. Das Olivenöl in einem Topf erhitzen und die weißen Frühlingszwiebelringe darin andünsten. Die Brühe dazugießen. Die Graupen unterrühren, aufkochen und zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 10 Min. köcheln lassen.
3. Den Fenchel und die grünen Frühlingszwiebelringe dazugeben und alles ca. 10 Min. köcheln lassen. Den Schafskäse fein würfeln oder zerbröckeln und in einer Schüssel mit dem Avjar mischen.
4. Das beiseitegelegte Fenchelgrün hacken und mit dem Anisschnaps unter den Eintopf rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Eintopf auf tiefe Teller verteilen und den Schafskäse daraufgeben.