

Rezept

Gratinierter Fenchel mit Tomaten und Parmesan

Ein Rezept von Gratinierter Fenchel mit Tomaten und Parmesan, am 25.03.2023

Zutaten

2	Fenchelknollen (etwa 700 g)		Salz
2	Tomaten	4 EL	Semmelbrösel
4 EL	frisch geriebener Parmesan		schwarzer Pfeffer aus der Mühle
2 EL	Butter		

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 250 kcal

Zubereitung

1. Vom Fenchel die welken Blätter ablösen, die dicken grünen Stiele abschneiden. Das schöne Grün abschneiden und weglegen. Beide Knollen der Länge nach durchschneiden, nochmal der Länge nach teilen. Den Strunk schräg abschneiden. In einem Topf ungefähr 5 cm hoch Wasser mit Salz aufkochen. Fenchelviertel reinlegen, Deckel drauf, 5 Minuten kochen lassen.
2. Die Zeit nutzen und schon mal die Tomaten waschen und ganz klein würfeln. Das Fenchelgrün ganz fein schneiden. Den gegarten Fenchel in ein Sieb schütten, kurz kaltes Wasser drüber laufen und abtropfen lassen.
3. Ofen auf 200 Grad vorheizen (auch schon jetzt: Umluft 180 Grad). Eine feuerfeste Form aussuchen, in der die Fenchelviertel nebeneinander Platz haben. Fenchel einschichten, Tomaten drüber streuen, salzen. Semmelbrösel mit Käse, Pfeffer und Fenchelgrün mischen, auch drüber streuen. Butter in kleine Stücke schneiden, drauf legen.
4. Fenchel im heißen Ofen auf der mittleren Schiene ungefähr 20 Minuten backen. Die Bröselmischung soll schön braun werden.