

Fenchel mit Apfel-Dill-Glasur, Kartoffel-Orangen-Püree

Für zwei Personen

Für den gedämpften Fenchel:

1 Fenchel Salz

Für die Apfel-Dill-Glasur:

200 ml Apfelsaft $\frac{1}{2}$ Zitrone, davon Saft 1 kleiner Bund Dill
40 g Zucker Salz

Für das Kartoffel-Orangen-Püree:

500 g mehligk. Kartoffeln 1 Orange, davon Abrieb 300 ml Orangensaft
100 ml Milch 30 g kalte Butter 60 g Zucker
1 Msp. Kurkuma Muskatnuss Salz, Pfeffer

Zur Garnitur:

1 EL Fenchelsamen

Für den gedämpften Fenchel:

Den Backofen auf 70 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Grün vom Fenchel entfernen. Fenchel in einzelne Blätter zerlegen. In einem Topf mit Dampfentsatz ca. 15-20 Minuten garen. Auf einem Schneidebrett abkühlen lassen, dann in einzelnen Lamellen zerschneiden. Salzen und anschließend wiederum zur ursprünglichen, typischen Fenchelform zusammenbauen. Fenchel mit dem Bunsenbrenner abflämmen, damit er eine schöne Röstfarbe erhält. Im Backofen warmhalten.

Für die Apfel-Dill-Glasur:

Apfelsaft mit Zucker in einem kleinen Topf sirupartig einreduzieren. Dill abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Saft einer Zitronenhälfte auspressen. Dill in Glasur geben und mit Salz und Zitronensaft abschmecken. Glasur kurz vor dem Servieren über den Fenchel geben.

Für das Kartoffel-Orangen-Püree:

Kartoffeln gut abwaschen, schälen und Schalen aufbewahren. Kartoffeln in Würfel schneiden und in kochendem Salzwasser garen. Orange heiß abwaschen und Schale abreiben. Orangensaft mit Zucker und Orangenabrieb sirupartig einkochen. Kartoffeln abgießen, ausdampfen lassen und durch die Kartoffelpresse drücken. Kartoffelmasse durch ein Sieb streichen. Milch kurz erwärmen und Kartoffelschalen darin ziehen lassen. Schalen entfernen. Orangensirup und kalte Butter in die Milch einrühren und alles mit dem Püree vermengen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Zur Garnitur:

Samen in einer Pfanne ohne Öl anrösten und in einem Mörser zerreiben.

Dietmar Sahli am 01. Februar 2023