

Tomaten-Safran-Sud mit mariniertem Fenchel

Für 4 Personen

Für den Tomatensud:

500 ml Weißwein	1 Msp. Safranfäden	10 Tomaten
Salz, Zucker	1 Spritzer Essig	1 Spritzer Zitronensaft

Für den marinierten Fenchel:

2 Knollen Fenchel mit Grün	Meersalz, Zucker	Saft und Schale von 1/2 Zitrone
Saft und Schale von 1/2 Limette	3 EL Rapsöl	50 g Estragon
50 g Kerbel	50 g Sauerampfer	8 essbare Blüten
2 EL Olivenöl		

Für den Tomatensud:

Für den Sud Weißwein mit Safran in einen Topf geben und auf ca. 100 ml einkochen. Tomaten waschen und klein schneiden, mit der Safranreduktion fein pürieren und durch ein Sieb gießen. Dann mit Salz, Zucker, Essig und Zitronensaft abschmecken und kalt stellen.

Für den marinierten Fenchel:

Fenchel waschen und mit einem Gemüsehobel so fein wie möglich schneiden. Fenchelgrün ebenfalls fein schneiden und untermischen. Mit Salz, Zucker, Zitronensaft und -schale, Limettensaft und -schale sowie Rapsöl würzen. Estragon, Kerbel, Sauerampfer und Blüten abspülen und trockenschütteln. Kräuterblättchen von den Stielen zupfen. Kräuter und Blüten mit etwas Salz und Olivenöl mischen und kurz marinieren. Sud gut verrühren und auf vier tiefe Teller verteilen. Gehobelten Fenchel in der Mitte anrichten. Kräuter auf dem Fenchelsalat dekorativ anrichten. Dazu passt Fladenbrot oder Baguette.

Frank Buchholz am 09. September 2013