

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 20. Oktober 2020 ▪
Vorspeise mit Mario Kotaska



Stefan Marignoni

Variation vom Fenchel: Gegrillter und geräucherter Fenchel, Fenchelsalat, Fenchelsauce und Fenchelragout

Zutaten für zwei Personen

Für den gegrillten und geräucherten

Fenchel:

1 Fenchelknolle
10 ml Olivenöl
Salz, aus der Mühle

Den Fenchel putzen, Blätter ablösen und diese salzen und leicht mit Öl beträufeln. Marinierte Blätter in einen Vakuumbutel geben und vakuumieren. Beutel mit Fenchel im kochenden Wasser ca. 10 Minuten garen. Anschließend den Fenchel aus dem Beutel nehmen und halbieren. Eine Hälfte des Fenchels in einer Grillpfanne gleichmäßig braten, die andere Hälfte unter einer Räucherglocke mit einer Räucherpistole räuchern. Den gegrillten Fenchel mit einem Bunsenbrenner abflammen.

Für den Fenchelsalat:

150 g Fenchel
1 Zitrone
2 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle

Fenchel putzen und quer in dünne Scheiben schneiden. Zitrone halbieren und den Saft auspressen. 1 Esslöffel Zitronensaft, Olivenöl und 1 Prise Salz verrühren, Fenchel damit marinieren und ca. 25 Minuten ziehen lassen.

Für die Fenchelsauce:

100 g Fenchel
125 g Tomaten aus der Dose
1 Schalotte
1 Knoblauchzehe
3 cl Calvados
2 EL Olivenöl
1 Prise Zucker
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schalotte und Knoblauch abziehen und würfeln. Fenchel putzen und ebenfalls würfeln. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Fenchel, Schalotte und Knoblauch darin anbraten. Mit Calvados ablöschen, dann die Tomaten dazugeben. Alles ca. 8 Minuten köcheln lassen. Anschließend fein pürieren, dann durch ein feines Haarsieb passieren. Mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Fenchelragout:

100 g Fenchel
1 Schalotte
100 ml Orangensaft
2 cl Raki
2 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle

Fenchel putzen. Schalotte abziehen. Beides würfeln und in einer Pfanne mit Olivenöl anschwitzen. Mit Raki ablöschen und reduzieren lassen. Mit Orangensaft aufgießen und stark reduzieren lassen. Mit Salz abschmecken.

Für die Garnitur:

Fenchelgrün einer Fenchelknolle
1 Schalotte
1 Orange
40 g Pinienkerne

Schalotte abziehen und fein hacken. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Öl anrösten. Orange schälen und Filets herausschneiden. Fenchel-Variation mit Fenchelgrün, Schalotte, Orangenfilets und Pinienkerne garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.