



## Kochen mit wenig Zutaten

### Fenchel im Backteig von Hannes Müller

---

Rezept für 4 Personen

2 große oder 4 kleine Fenchelknollen mit Grün

#### Salzteig:

300g Mehl

80g Salz

150g Wasser

Für den Salzteig sämtliche Zutaten miteinander vermengen und zu einem Teig kneten.

Fenchelgrün Abschneiden und beiseite geben.

Fenchelknollen mit dem Salzteig umwickeln und bei 180 Grad C ca. 1 H im Rohr backen, Bis der Fenchel weich ist.

Danach die äußeren Blätter entfernen und die Herzen halbieren (kleine Knolle ) oder in Spalten schneiden. Eventuell mit Bunsenbrenner abflämmen.

#### Saft vom Fenchelgrün:

Fenchelgrün von 2- 4 Fenchel

Salz

Zucker

Verjus

Krenwurzel

Das Fenchelgrün mit einem Entsafter entsaften und anschließend mit Salz, Zucker, frischem Kren und Verjus abschmecken und mit einem Stabmixer aufmixen.

Krenmayonnaise:

37g Joghurt

50g Eiweiß

30g Tafelkren

200g Sonnenblumenöl

Salz

Für die Krenmayo sämtliche Zutaten in ein hohes Gefäß geben. Mit dem Öl abschließen. Mit einem Stabmixer langsam von unten nach oben ziehen.