



Fenchelgemüse mit Möhren

Zutaten (Für 2 Personen)

- 2 Fenchelknollen
- 1 Bund junge Möhren
- 2 Zwiebeln
- 2 EL Sonnenblumenöl
- ½ Bund Petersilie
- Bio-Gewürzsalz
- Pfeffer



Zubereitung

Die Fenchelknollen waschen und putzen. Die äußeren Blätter entfernen und längs halbieren. Dann in schmale Streifen schneiden. Die Möhren waschen und nach Belieben schälen und in dünne Scheiben schneiden. Die Zwiebeln fein würfeln und in einem Topf mit Öl glasig dünsten. Fenchel- und Möhrenstücke dazugeben und bei mittlerer Hitze 5 Min. dünsten.

Die Petersilie waschen, trocknen und fein schneiden oder hacken. Zu dem Gemüse geben, mit Salz und Pfeffer abschmecken und sofort servieren.

Gutes Gelingen wünscht Ihnen Ihr

Bärbel Drexel Team