

# Gourmet-Tipp

## Finocchi al forno - Überbackener Fenchel

### **Zutaten für 4 Portionen:**

**4 kleine Fenchelknollen**

**½ unbehandelte Zitrone (Saft und Schale), 1 Bund glatte Petersilie, 3 EL frisch geriebener Parmesan 1 kleine Dose geschälte Tomaten (400 g)**

**4 EL Semmelbrösel, 1 kleine Zwiebel**

**2 Knoblauchzehen, 6 EL Olivenöl**

**Salz, Pfeffer aus der Mühle**

Fenchelknollen längs halbieren, die äußeren Schalen und harten Stiele entfernen. Fenchelgrün aufbewahren. 1 L Salzwasser mit dem Saft der ½ Zitrone aufkochen. Fenchelhälften 20 Min. garen. Abtropfen lassen und den Sud aufbewahren. Backofen auf 200° C vorheizen. Eine feuerfeste Form mit 2 EL Olivenöl ausstreichen. Tomaten aus der Dose abtropfen lassen, Saft für etwas anderes verwenden. Tomaten grob zerteilen, in die Form geben. Fenchelhälften hineinsetzen. Mit etwa 1/8 l der Fenchelbrühe beträufeln. Alles kräftig salzen und pfeffern. Petersilie, Fenchelgrün, 1 Zwiebel und 2 Knoblauchzehen sehr fein hacken. In einer Pfanne 4 EL Olivenöl erhitzen. Zwiebel und Knoblauch sanft andünsten. 4 EL Semmelbrösel einrühren, goldbraun rösten. Vom Herd nehmen. Kräuter und 3 EL Parmesan unter die Brösel mischen, über den Fenchel verteilen. Im vorgeheizten Backofen (Gas: Stufe 3) 20 Min. backen.