

Ofen-Fenchel mit Hirtenkäse

🕒 45 min 👤 4 Personen

Zutaten

- 3-4 Fenchel
- 250 g Reis
- 1 Zitrone
- 2 EL Öl
- 1 TL Honig
- 2 EL Aceto Balsamico
- Salz&Pfeffer
- 100 g Walnüsse
- 100 g Hirtenkäse

Zubereitung

1. Ofen auf 180°C (Ober-/Unterhitze) vorheizen.
2. Fenchel waschen und in fingerdicke Scheiben schneiden.
3. Reis waschen und zubereiten.
4. Öl, Honig, Zitronenabrieb, Aceto Balsamico, Pfeffer und Salz in eine kleine Schüssel geben und vermengen.
5. Fenchel und Walnüsse auf Blech verteilen und das Dressing darübergeben. Für 15 Minuten im Ofen garen, dann den Ofen ausschalten, Hirtenkäse darübergeben und weitere 35 min. bei Restwärme garen lassen.
6. Reis in eine Schale füllen und Ofenfenchel dazugeben.

guten Appetit!



- Man kann daraus auch ganz einfach eine Bowl zaubern: Einfach weniger Fenchel verwenden und stattdessen Tomaten, Gurken und andere Gemüsesorten in eine Schüssel geben, dann mit einem Salatdressing beträufeln.
- In der **Weintraubensaison** können zusammen mit dem Käse noch Weintrauben in den Ofen gegeben werden, das gibt dem Ganzen eine fruchtige Note.

