

KNURRHAHN VOM GRILL MIT FENCHELGEMÜSE

4 PERSONEN

Mörser
Grillschale

ZUTATEN

GEBRATENER KNURRHAHN

- 2 Knurrhähne, ca. 2 kg, küchenfertig
- Fleur de Sel
- Rapsöl

FENCHELGEMÜSE

- 3-4 Fenchelknollen, gewaschen, in feine Streifen geschnitten, das Grün fein gehackt
- Rapsöl
- Fleur de Sel
- Schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 300 g Kirschtomaten, gewaschen, ohne Stielansatz, halbiert
- ½ Tl Fenchelsamen, im Mörser zerstoßen
- ½ Zitrone, Saft
- 3 Zweige Maggikraut, gezipft, fein gehackt
- Balsamicoessig, 5 Jahre, zum Ablöschen

GARNITUR

- 2 Zitronen, halbiert

ZUBEREITUNG

GEBRATENER KNURRHAHN

Den Rost des Elektrogrills mit Rapsöl einfetten. Den Elektrogrill auf 180°C stellen. Die Knurrhähne innen und aussen salzen, kurz mit der Bauchseite nach unten auf den Grill setzen und mit geschlossenem Deckel ca. 15 Minuten grillieren. Mit Hilfe der Mauerkellen vorsichtig vom Grill nehmen und auf eine grosse Platte setzen.

FENCHELGEMÜSE (LÄSST SICH VORBEREITEN)

Den Boden der Grillschale dünn mit Rapsöl bedecken. Den Fenchel auf das Rapsöl legen, mit Fleur de Sel, Pfeffer, Zitronensaft, Fenchelsamen und dem Maggikraut mischen. Auf dem Grill 20 Minuten garen. Die Tomaten hinzugeben und 10 Minuten weitergaren. Mit Balsamico ablöschen und mit frischem Fenchelgrün bestreuen.

Tipp – Dieses Gemüse schmeckt sehr gut lauwarm.

Rezept von Eckehard Brummund

