



FENCHEL-SALAT ZUM VERIEBEN

EIN GUTER ANFANG, BEGINNT MIT ROSEN

Die Rose ist das Symbol der Liebe. Das herzförmige Blütenblatt steht für Liebe und Vertrauen.

Ein Fenchelsalat mit gegrilltem Ricotta, Rosenchutney und Granatapfel trifft gleich den richtigen Ton. Mit dieser Vorspeise wird das Essen ein Genuss!

DAS BENÖTIGEN SIE (4 PERSONEN)

2-3 frische, essbare Rosen aus Bio-Anbau, an besten Damaszener Rosen*
5 EL Zucker
Schalenabrieb und Saft von 1 Zitrone
1 TL weißer Pfeffer
1 TL schwarzer Pfeffer
1-2 EL Rosenwasser
250 g Ricotta
1 mittelgroße Fenchelknolle
1 EL Koriandersamen, in einer trockenen Pfanne geröstet
100 ml duftendes, Olivenöl extra vergine
4-5 EL Granatapfelkerne
Einige getrocknete Rosenknospen*
Fleur de Sel
Knuspriger Toast
Außerdem: ein Gemüsehobel

SO WIRD'S GEMACHT

Den Grill Ihres Ofens auf 220°C vorheizen. Zupfen Sie die Rosenblütenblätter ab und schneiden Sie sie sehr fein. Mit Zucker, Zitronensaft und -schale und einem kleinen Spritzer Wasser bei schwacher Hitze erwärmen. Lassen Sie in 8-10 Minuten alles zu einer Art Marmelade einkochen. Mit frisch gemahlenem weißem und schwarzem Pfeffer, einer Prise Salz und 1 EL Rosenwasser abschmecken.

Den Ricotta auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech stürzen. Mit Salz bestreuen, mit etwas Olivenöl beträufeln und im Grill Ihres Backofens +/- 20 Minuten leicht bräunen lassen.

Schaben Sie die Fenchelknolle auf dem Gemüsehobel in hauchdünne Scheiben. Vermischen Sie den Rest des Olivenöls ganz nach Ihrem Geschmack mit etwa 1 EL Rosenwasser. Die Fenchelscheiben unter das Rosenöl mischen. Zerstoßen Sie die getrockneten Rosenblütenblätter zusammen mit etwas Fleur de Sel.

Den gegrillten Ricotta auf einen großen Teller geben. Dann den Fenchelsalat darauf verteilen und etwas Rosenmarmelade über den Ricotta geben. Granatapfelkerne, etwas Rosensalz, den gerösteten Koriander und nach Belieben noch etwas Rosenöl und die getrockneten Rosenblättern darübergeben. Mit knusprigem Toast servieren.

Wenn das kein guter Anfang für ein Essen ist. Liebe pur!

*Noch ein wichtiger Hinweis: Naschen Sie nicht einfach von irgendeiner (Schnitt)Blume oder Pflanze, verwenden Sie ausschließlich essbare Blüten von spezialisierten Lieferanten, die die Blüten extra für den Verzehr kultiviert haben.

WEITERE INFOS

TOLL WAS BLUMEN MACHEN .DE