



# Смажений фенхель

Рецепт від V-ZUG AT



готування	20 хв
Час	15 хв
готування	
Порції	4
Прилад	CombairSteamer V2000 з 2021 року

Салат з фенхелю з грейпфрутом та фундуком

## Фенхель

---

3 фенхель  
2 ст. л. рапсової олії  
трохи солі

## Заправка

---

2 рожевих грейпфрути  
2 ст. л. яблучного оцту  
1 ст. л. рідкого меду  
3 ст. л. рапсової олії  
4 ст. л. олії фундука  
4 пагони естрагону, подрібненого  
трохи солі  
трохи перцю

## Прикрашання

---

80 г лісових горіхів, підсмажених і подрібнених  
Зелень для гарніру  
(наприклад, естрагон, кріп, орегано, петрушка)





## Фенхель

---

Попередньо розігрійте камеру до температури 230 °C у режимі обдуву гарячим повітрям + паром.

Підготуйте фенхель, нарізаний скибочками завтовшки приблизно 2 см. Змішайте з ріпаковою олією та сіллю в мисці, викладіть на застелене папером для випікання деко.

Смажте фенхель на середньому рівні впродовж 15 хвилин.

## Заправка

---

Відокремте м'якоть грейпфрута, при цьому зберіть стікаючий сік. Відкладіть м'якоть у бік.

Змішайте грейпфрутовий сік з рештою інгредієнтів і приправте сіллю і перцем.

## Прикрашання

---

Змішайте гарячий фенхель з заправкою і залиште охолонути.

Подавайте фенхель з гарніром з м'якоті грейпфрута, фундуком і зеленню.

## Етапи приготування

---

**Розігріти робочу камеру до 230 °C Гаряче повітря + зволожуюча пара**

**Попереднє розігрівання завершено. Помістіть страву в камеру.**

**Гаряче повітря + зволожуюча пара 230 °C протягом 15 хв**

## Акcesуари

---

Деко

