Смажений фенхель

Рецепт від V-ZUG AT



готування	20 хв
Час готування	15 хв
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 + парою.

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

Аксесуари

Деко

Додаткова інформація

Складено	26.01.2022