

Freitag

Gefüllte Frühkartoffeln, Fenchelsalat

12 möglichst große Frühkartoffeln
Öl
Backpapier

4 Fenchelknollen
200ml Gemüsebrühe
1 EL Zitronensaft

50g Haselnüsse
½ TL Salz
½ TL Curry
1 TL Senf
2 EL Öl
1 Becher Naturjoghurt
2 EL Fenchelbrühe

1 Bund Schnittlauch
1 Apfel
Zitronensaft
100g Roquefort
200g Frischkäse

waschen und der Länge nach einschneiden, mit einpinseln und auf ein mit belegtes Blech legen. Den Backofen auf 220°C vorheizen und die Kartoffeln in ca. 35 Minuten garen. Inzwischen längs in dünne Scheiben schneiden. In einem Topf und erhitzen, die Fenchelstreifen hinein legen und in ca. 10 Minuten knapp weich garen, herausnehmen und auskühlen lassen. Inzwischen grob hacken und und und und und miteinander vermischen. Den Fenchel auf einer Platte anrichten, die Sauce darüber verteilen, die Haselnüsse darüber streuen und durchziehen lassen. Für die Kartoffelfüllung in feine Röllchen schneiden grob reiben und sofort mit beträufeln. fein zerkrümeln und mit und dem Schnittlauch und dem Apfel vermischen. Wenn die Kartoffeln gar sind, aus dem Ofen nehmen, jede Kartoffel leicht auseinander drücken und etwas von der Füllung hinein geben. Zusammen mit dem Fenchelsalat servieren.