

# REZEPTE zur Gourmetkiste

## Fischpfanne mit Fenchel und Tomaten

### Zutaten:

für 4 Personen



### Zubereitung:

Ca. 30 Min.

600 g Fenchel

Fenchel putzen, etwas Fenchelgrün beiseitelegen und die Knolle der Länge nach in dünne Scheiben schneiden.

400 g Cherry-Tomaten

Die Tomaten waschen. Nach Belieben klein teilen.

1 Bund Basilikum

Basilikum waschen, trocken schwenken, die Blättchen abzupfen und grob hacken.

4 EL Olivenöl

Das Öl in einer Pfanne erhitzen, die Fenchelscheiben bei mittlerer Hitze von beiden Seiten anbräunen. Den Wein angießen, die Tomaten und das Basilikum hinzufügen.

250 ml Weißwein,  
trocken

Salz, Pfeffer

Salzen und pfeffern. Zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 9 Minuten schmoren lassen, bis der Fenchel bissfest ist.

700 g Rotbarschfilets

Den Fisch waschen, trocken tupfen, mit Salz/Pfeffer würzen und mit Zitronensaft beträufeln. Die Filets auf den Fenchel legen und weiter 5 - 8 Minuten (je nach Dicke) bei schwacher Hitze ziehen lassen. Das Fenchelgrün hacken und mit den Kapern über den Fisch streuen.

2 EL Zitronensaft

2 EL Kapern

## Zucchini-Fenchel-Gratin

### Zutaten:

für 4 Portionen



### Zubereitung:

ca. 30 Min. + 30 Min. Backzeit

500 g Kartoffeln

Kartoffeln schälen.

500 g Fenchel

Fenchel und

500 g Zucchini

Zucchini putzen und alles in Scheiben schneiden.

Salz

Zusammen in kochendes Salzwasser geben und 5 Min. garen. Dann abgießen, kurz abschrecken und gut abtropfen lassen. Gemüse in eine gefettete Auflaufform schichten.

½ Bd. Schnittlauch

Schnittlauch in Röllchen schneiden und mit

250 g Crème fraîche

Crème fraîche und

2 Eier

Eiern glatt rühren.

40 g Gorgonzola

Gorgonzola in kleine Würfel schneiden und unterrühren.

Salz, Pfeffer

Mit Salz, Pfeffer und

Zitronenschale

Zitronenschale würzen. Die Masse über das Gemüse gießen.

80 g Gouda

Mit geriebenem Gouda bestreuen und im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad auf der 2. Schiene von unten 25-30 Min. goldbraun backen. Gratin 5 Min. ruhen lassen und dann servieren.