FoodLady

Gedanken.Rezepte.Freude: Teilen

Kartoffel-Frikassee in Fenchel-Samtsauce

Auf den Punkt gegarte Gemüse und kräftig gerösteter Lauch vereinen sich perfekt mit der Samtsauce. Ihren geschmacklichen Tiefgang bekommt diese durch Fenchel und Steinpilze, Spritzigkeit durch Salzzitrone und Crème Fraîche. Eine wundervolle Kombination, gekrönt von knusprigen Gemüsechips!

Linsen garen, beiseitestellen. Kartoffeln und Wurzelgemüse putzen, nach Wunsch in schräge Scheiben oder Segmente schneiden. In der Gemüsebrühe al dente garen, herausnehmen, beiseitestellen. Fond für die Sauce verwenden. Die Lauchstange in Scheiben schneiden, im Butterschmalz anbraten, bis schöne Röstspuren entstanden sind. Den Romanesco in Salzwasser blanchieren, kalt abschrecken.

Für die Sauce Schalotten, Fenchel und Pilze fein würfeln, in Butterschmalz und einer Prise Zucker leicht karamellisieren. Mit dem Noilly Prat ablöschen, einreduzieren. Mit der Gemüsebrühe und der Sahne aufgießen. Lorbeerblätter einlegen. Fenchel und Kreuzkümmel mörsern, durch ein Sieb in den Fond geben. Bei kleiner Hitze um ein Drittel einköcheln. Lorbeerblätter entfernen. Mixen und durch ein Sieb passieren. Salzzitrone entkernen und die Schale in feine Streifen schneiden. Mit den vorbereiteten Gemüsen in der Samtsauce wärmen.
1 EL Crème fraîche unterrühren. Zuletzt die Linsen hinzufügen. Salzgehalt überprüfen. Mit Zitronensaft und Pfeffer würzen. Mit einer Nocke Crème fraîche und einem Gemüse- oder Kartoffelchip garnieren. Weitere Chips zum Knuspern separat dazu servieren.

© 2020, FoodLady, Jutta Hehn — www.FoodLady.de

Zutaten

Für 2 Portionen

Menge	Zutat
	Die Samt-Sauce
2	Schalotten
1 kleine	Fenchelknolle
4 bis 6 Streifen	getrocknete Steinpilze (½ Stunde eingeweicht)
1 EL	Butterschmalz
60 ml	Noilly Prat
150 ml	Gemüsefond
1 TL	Fenchelsaat
½ TL	Kreuzkümmelsaat
100 ml	Sahne
2 EL	Crème fraîche
2	frische Lorbeerblätter
1	Bio-Zitrone
	Salz, Pfeffer, Zucker
	Die Gemüse
200 g	kleine festkochende Kartoffeln (z. B. La Ratte oder Bamberger Hörnchen)
2 mitteldicke	Möhren
4 kleine	Topinambur
2 mitteldicke	Schwarzwurzeln
1 mitteldicke	Stange Lauch
Eine Hand voll	Romanesco-Röschen
1 EL	Butterschmalz
60 bis 80 g	kleine Linsen
½ kleine	Salzzitrone

© 2020, FoodLady, Jutta Hehn — www.FoodLady.de