

# Fenchelgemüse gebraten mit Parmesan

[www.fitdurchsleben.com](http://www.fitdurchsleben.com)

Zutaten für 1 Personen als Abendessen:

- 2 ST Fenchelknolle
- Olivenöl
- Salz & frisch gemahlener Pfeffer
- Parmesan, grob gerieben
- nach Geschmack



Herstellung:

1. Fenchelknollen waschen, halbieren, Strunk entfernen und mit einer groben Raspel reiben (schneiden).
2. In eine Auflaufform geben mit Öl, Salz und frisch gemahlenem Pfeffer würzen.
3. In den Backofengeben und bei 140 °C 40 Minuten auf der mittleren Schiene braten lassen.
4. Herausnehmen, Fenchel mit dem Käse bestreuen und weitere 20 Minuten braten lassen.

Tipp: Der ultimative Geschmackstipp – nicht heißer wie die 140 °C – dann wird der Fenchel perfekt, du wirst ihn lieben und dieses Rezept immer wieder kochen.

Weil:

- schnell zubereitet
- und es genial schmeckt.... 😊

