

Fruchtig frischer Wintersalat mit Fagiolina del Trasimeno: Bohnen-Fenchelsalat mit Orangenvinaigrette



Dafür brauchen wir

- 75 g Fagiolina del Trasimeno (z.B. über laperladelgusto.de zu beziehen)
- eine halbe Fenchelknolle
- eine Orange
- 2 EL weißen Balsamico
- 4 EL mildes Olivenöl
- 1 TL Orangenmarmelade oder Honig
- 1 TL Dijonsenf
- ein paar dunkle Oliven
- eine kleine Karotte
- ein Lorbeerblatt
- Salz, Pfeffer

Die Bohnen 30 Minuten in ungesalzenem Wasser mit Karotte und Lorbeer köcheln, dann abgießen und nochmals 10 Minuten in Salzwasser fertig garen.

In der Zwischenzeit die Orange filetieren und den Saft auffangen, die Fenchelknolle fein hobeln oder schneiden, Fenchelgrün klein schneiden, Oliven vierteln. 2 EL Orangensaft, Balsamico, Dijonsenf und Orangenmarmelade verrühren, dann langsam das Olivenöl einfließen lassen bis eine cremige Vinaigrette entstanden ist.

Die Bohnen, den Fenchel, Orangenstücke und Oliven mit der Vinaigrettemischen und mit Fenchelgrün bestreuen.

Buon appetito! Martina