



- ☐ Polévky
- ☐ Těstoviny
- ☐ Ásie
- ☐ Indie
- ☐ Česká klasika
- ☐ Jiné hlavní chody
- ☐ Dezerty

Nablýskaný fenykl

Tož děcka o tomhle budete psát domů. Nejlepší fenykl ever. 90-60-90. ozdoba nahřátých talířů, Lágrfeldova múza... Kdyby zelenina fotila Pirelli, bude mít titulku. Slušet mu bude cokoliv. Zaujme v interiéru na bramborové kaši, ale zapózuje i jako příloha na grilovacčce, nebo se rozvalí na čočkovém salátě jak drahej pes, nebojte se to pustit. Už teď mě napadá, že by mu v létě slušelo i trochu čerstvého kopru.

Ingredience:

- 4 středně velké fenykly
- 55 ml jablečného octa
- 275 ml jablečného moštu
- Sůl
- 1 lžíce cukru
- 25 g alsamu nebo jiného veganského másla

Postup:

1. Fenykly překrojte napůl, odkrojte spodek a dlouhé zelené stonky a dejte na 10 minut na páru (v hrnci nebo v rýžovaru). Jestli si chcete dobu přípravy trochu zkrátit, překrojte je na čtvrtiny.
2. V hlubší pánvi na středním plameni zahřejte máslo a nechte na něm rozpustit vrchovatou lžici cukru. Vyskládejte na něj napařený fenykl, přiklopte pokličkou a nechte pěkně bublat další deset minut.
3. Mezitím si v misce smíchejte ocet, jablečný mošt a sůl. Obraťte ty modelky na zádlíčka, ať se vám opálí pěkně ze všech stran. Nalijte směs do pánve a dalších deset minut bez pokličky redukujte.
4. Na talíři je můžete ozdobit ještě zelenými výhonky, jestli jste je teda nevyhodili, chuligáni.

[Newer](#)

21 May 2025

Veganský trojobal