AUFWAND	KOCHDAUER	SAISON	HERKUNFT
klein	10 Min.	Sommer	international

UND FENCHELSAMEN

TOMATENSALAT MIT HONIG, MINZE UND FENCHELSAMEN



Rezept: Céline Mingam. 1 légume = 3 recettes. ulmer 2020 - Foto: compactcook.com

KURZ VORGESTELLT

Der Honig erinnert uns daran, dass die Tomate eine Frucht ist. Das Salz und der Fenchelsamen wiederum bringen unsere Sinne zum Schwirren. Schmeckt dieser Teller auch als Dessert? Auszuprobieren!

ZUTATEN (4 PERSONEN)

1 TL	Fenchelsamen	4 EL	Honig
4	Tomate, mittelgrosse	4 Zw	Minze
		4 Pr	Grobes Salz

ZUBEREITUNG

1. Den Fenchelsamen in einer Bratpfanne erwärmen. So duftet er noch intensiver. In einem Mörser etwas zerreiben.
2. Die Tomaten waschen, den Stielansatz rausschneiden. In feine Scheiben schneiden und auf einer Platte oder auf Tellern auslegen.
3. Mit einem Haushaltspinsel den gut flüssigen Honig fein auf die Tomaten auftragen. Minze fein über die Tomaten schneiden. Schliesslich den zerriebenen Fenchelsamen gleichmässig über die Tomaten streuen. Vor dem Servieren etwas grobes Salz über die Tomaten geben.

WEINTIPP: Viele italienische Weissweine passen hier ideal, so etwa ein Fiano di Avellino oder ein Greco di Tufo, beide aus Kampanien.