

Fenchel-Ananas-Salat mit Vanille-Dressing und gegrillten Jakobsmuscheln



Zutaten

Für 4 Personen

Salat

- 1 Fenchelknolle
- 2 kl. rote Zwiebeln
- 1 Baby-Ananas
- 2 saftige, kernlose Bio-Orangen
- 1 Vanilleschote
- 4-5 EL Olivenöl*
- 2 Limetten, Saft
- Salz
- Cayennepfeffer

Jakobsmuscheln

- 12 Jakobsmuscheln
- etwas Olivenöl*
- Meersalz
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung

1. Fenchel putzen. Fenchelgrün abzupfen und beiseite stellen. Zwiebeln und Ananas schälen. Alles in möglichst dünne Scheiben schneiden bzw. hobeln.
2. Von 1 Orange die Schale ohne das Weisse dünn herunterschälen und diese in möglichst feine Streifen schneiden. Beide Früchte halbieren, Saft auspressen.
3. Vanilleschote der Länge nach halbieren. Hälften nochmals in schmale Streifen schneiden. Orangensaft mit Vanilleschale und Orangenschalenstreifen um die Hälfte einkochen lassen.
4. Einkochten Sud mit Olivenöl und Limettensaft in eine grosse Schüssel geben und verquirlen.
5. Fenchel, Zwiebeln und Ananas hinzufügen, alles mit Salz, Cayennepfeffer kräftig würzen und locker mischen. Salat etwa 15 Minuten durchziehen lassen.

6. Jakobsmuscheln trocken tupfen, mit etwas Öl beträufeln und auf einen heissen Grill legen. Jede Seite etwa 3 Minuten grillen. Anschliessend das Fleisch mit Meersalz und Pfeffer würzen.
7. Je 3 gegrillte Jakobsmuscheln pro Portion zusammen mit Salat auf Tellern anrichten. Restliches Dressing aus der Schüssel über die Muscheln träufeln, mit Fenchelgrün und Vanilleschotenstreifen garnieren.

****www.oliofonte.jimdo.com***

