

# TIJN VAN DE SMAAK

## venkelrecepten

### Venkelroomsoep (4 personen)

1 venkelknol, 10 dl water, 40 g bakboter, 40 g tarwebloem, 15 dl bouillon, 1 eetlepel fijngehakte basilicum, peper en zout, 1 dl room, 1 cl droge sherry.

De venkel schoonmaken en koken in gezouten water gedurende ongeveer 20 minuten. De stelen van de venkelknol in kleine stukjes snijden. De boter smelten, de bloem erdoor roeren en beetje bij beetje en al roerend het kookvocht van de venkel met het bouillonblokje toevoegen. De soep op smaak brengen met de kruiden. De fijngesneden venkelknol, room en het fijngehakte venkelgroen toevoegen alsook een scheutje sherry.

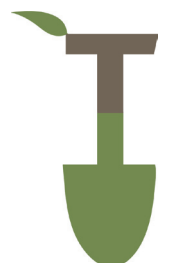
### Venkelschotel uit de oven (2 personen)

1 of 2 venkelknollen, in plakken gesneden, olijfolie, 1 el. citroensap, 600 g aardappelen, peper en zout, 2 gepelde tomaten, in stukjes, olijven naar wens (zonder pit)  
60 g feta, verbrokkeld, evt.geraspte kaas

Blancheer de venkelplakken in ruim water met zout beetgaar en laat ze uitlekken. Kook de aardappelen bijna gaar en snijd ze in schijfjes. Verwarm de oven voor op 200°C. Snijd de aardappelen in schijfjes. Vet een ovenschaal in en verdeel er de aardappelschijfjes, venkelplakken en tomaat over.

Strooi er peper, zout en feta overheen en verdeel eventueel olijven over de schotel. Sprenkel citroensap en (rijkelijk) olijfolie over het geheel. Strooi er naar wens geraspte kaas over. Zet de schotel ongeveer 40 min. in de voorverwarmde oven.

Variatie met vis: Gebruik vis, uit blik of gebakken visfilet in plaats van feta. Leg stukjes vis tussen de aardappel en venkel.



# TIJN VAN DE SMAAK

## venkelrecepten

### Risotto met venkel (2 personen)

1 klein blik gepelde tomaten, 2,5 dl groentebouillon, een glas witte wijn, 1 ui, 1 teentje knoflook, 1 venkelknol, in reepjes gesneden, 150 g risotto- of arboriorijst, 100 g parmezaanse kaas, vers gemalen zwarte peper, olie om in te bakken, ev. flinke scheut slagroom, crème fraîche of klont boter.

Snijd de venkel fijn. Hak de ui in kleine stukjes en pel de knoflook. Snijd de tomaten uit blik klein, vang het vocht op. Breng de bouillon en het vocht van de tomaten aan de kook en laat op laag vuur staan. Bak de venkel in olie in ongeveer 5 min. op hoog vuur beetgaar en hou apart. Fruit ui met knoflook in flink wat olie snel bruin. Voeg hieraan de rijst toe en bak even kort mee tot het er glanzend uitziet. Blus het af met de wijn en laat op een laag vuur het vocht helemaal opnemen. Voeg de kleingesneden tomaten toe en roer even goed door. Voeg vervolgens per 'kopje' de bouillon toe en laat het vocht helemaal opnemen voordat er nieuw vocht bijgaat. De rijst moet heel langzaam gaar en romig worden. Als de rijst (bijna) gaar is de gebakken venkel toevoegen en het geheel goed warm laten worden. Tot slot de kaas toevoegen en even laten smelten. Eindig met de boter, crème fraîche of slagroom en bestrooi royaal met verse peper.

### Gemarineerde venkel (2 personen)

2 venkels, 1 sjalotje, 65 ml sherry, ½ eetl. honing, 1 eetl. balsamico-azijn, ½ eetl. venkelzaadjes, zeezout en zwarte peper.

Verwijder het groen van de venkel (indien aanwezig) en leg het voorlopig even opzij. Halveer vervolgens de venkelknollen, verwijder de stronk en snijd de groente in de lengterichting. Kook de groente in kokend water met zout in ongeveer 5 min. gaar, giet af en laat uitlekken. Intussen hakt u het sjalotje fijn en meng het met sherry, azijn, honing, zaadjes, zout en peper. Leg dan de nog warme venkel in deze marinade en laat dit ongeveer 3 uur intrekken. Voor het serveren het groen van de venkel fijnhakken en over de groente strooien.

