

KULINARIUM

Bike-Babsi fährt auf Fenchel-Orangen-Salat ab

Barbara Pirringer lebt in Waidhofen an der Ybbs. Vielen ist sie als Bike-Babsi bekannt, denn sie gibt Tipps, wie man mit dem Mountainbike richtig und mit Freude unterwegs ist. Sie kocht auch gerne, besonders einen Fenchel-Orangen-Salat.

19. März 2021, 12.01 Uhr

Teilen 



Fenchel-Orangen-Salat

Ich bin eine Fast-Alles-Esserin, aber wenn's wieder sommerlich wärmer wird, mag ich besonders gern einen Fenchel-Orangen-Salat mit unterschiedlichen „Add Ons“, wie etwa Räucherlachs oder im Speck ummantelten Ziegenkäse oder Mozzarellaabällchen.

Zubereitung: Den Fenchel fein schneiden und in einer Marinade aus etwas frischem Orangensaft, einem Spritzer Zitronensaft, Olivenöl (oder weniger intensiv schmeckendes Öl), Salz, grob geriebenem Pfeffer vermischen und ruhig ziehen lassen. 1 Orange filetieren und vorsichtig durchmischen.

Sendungshinweis

„Radio NÖ am Vormittag“, 19.3.2021

Je nach „Add On“ zum Beispiel Räucherlachs in Streifen schneiden, mit Dill und roten Pfefferbeeren verfeinern (kalt) ODER Ziegenkäse-Stücke mit einem Streifen Speck umwickeln, scharf anbraten, auf den Salat setzen (halb-warm).

[Zurück zur Startseite](#)