

Einfach. Gut. Bachmeier Orangen-Fenchel-Salat mit Jakobsmuscheln

[BR br.de/br-fernsehen/sendungen/bachmeier/einfach-gut-bachmeier-orangen-fenchel-salat-mit-jakobsmuscheln-rezept-102.html](http://br.de/br-fernsehen/sendungen/bachmeier/einfach-gut-bachmeier-orangen-fenchel-salat-mit-jakobsmuscheln-rezept-102.html)



Rezept für 2 Personen

Zutaten:

- 1 Fenchel
- 1 Spitzpaprika
- 1 Orange
- 1 Zitrone
- Weißweinessig
- 100 ml Wasser
- 2 EL Zucker
- Olivenöl
- Salz, Pfeffer
- 8 Jakobsmuscheln, geputzt
- Thymian
- 1 Knoblauchzehe
- 20 g kalte Butter

Zubereitung:

1. Die Orange und Zitronen mit einem Sparschäler schälen und in feine Streifen schneiden. 100 ml Wasser zum Kochen bringen und die Orangen- und Zitronenschalen darin blanchieren. Schalen aus dem Wasser nehmen. Das Wasser weiterkochen lassen.

2. Eine Hälfte der Orange auspressen und den Saft zu dem Wasser geben. Zucker dazugeben und um die Hälfte reduzieren lassen. Dann die Schalen wieder dazugeben, einmal kurz aufkochen und ziehen lassen.
3. Fenchel mit Hilfe eines Hobels in feine Scheiben schneiden. Den Fenchel mit Salz, Zucker und einem Spritzer Essig würzen, die Orange halbieren, zweite Hälfte auspressen und den Fenchel damit marinieren.
4. Den Paprika schälen, halbieren und der Länge nach in feine Streifen schneiden, mit Salz, Pfeffer und einem Spritzer Essig und Olivenöl würzen.
5. In einer beschichteten Pfanne Olivenöl erhitzen, die Jakobsmuscheln mit Salz würzen und anbraten, umdrehen und die kalte Butter in die Pfanne geben. Knoblauchzehe anknacksen, Thymian dazugeben und die Jakobsmuscheln immer wieder mit der Butter übergießen. Ein paar Tropfen Orangensud über die Jakobsmuscheln träufeln.
6. Fenchel auf einem Teller anrichten. Die Paprikastreifen bunt darüber legen. Jakobsmuscheln darauf anrichten. Die Orangen- und Zitronenzesten auf den Jakobsmuscheln anrichten und mit dem Sud beträufeln. Etwas Olivenöl darüber geben und mit dem Fenchelgrün ausgarnieren.