

Fenchel mit Kokos

Fenchel	3 mittlere Knollen
Knoblauchgranulat	2 Teelöffel
Zwiebeln geschnitten, getrocknet	1 Teelöffel gehäuft
Fenchelsamen	2 Teelöffel
Fenchel bitter gemahlen	1 Teelöffel gestrichen
Paprika süß gemahlen	1 Teelöffel gehäuft
Pipali (langer Pfeffer)	1 Teelöffel gestrichen
Fünf-Gewürz	3 Teelöffel gehäuft
Maulbeeren getrocknet	1 Esslöffel
Maulbeerbaum-Hydrolat	3 Esslöffel
Kokosmilch	200g
Kokosflocken	2 Esslöffel gehäuft
Sojarahm	ca. 300ml
Wasser	nach Bedarf
Salz	nach belieben



Fenchel in grobe Würfel schneiden

Fenchel mit Wasser in einer Pfanne knapp bedecken, Salz, Gewürze, Fenchel und Maulbeeren zugeben und kochen, bis der Fenchel bissfest ist

Kokosmilch und **Maulbeerbaum-Hydrolat** zugeben und auf mittlerer Hitze etwas einkochen lassen

Sojarahm und **Kokosflocken** darunter mischen, nochmals alles gut durchrühren, abschmecken und fertig!