

JOGHURT-DIP MIT KARAMELLISIERTEN ZWIEBELN & FENCHEL

Er wurde hier mit Pitabrot serviert (Bild), aber auch als Dip zu Lamm, gegrilltem Huhn, über Ofenkartoffeln oder zu Rühreiern schmeckt es sehr köstlich.



3 EL Olivenöl
1 Zwiebel
1 rote Zwiebel
½ Fenchelknolle
2 TL Thymianblätter - frisch oder getrocknet
Salz
1/3 Tasse Sherry trocken oder Apfelsaft
2 TL Worcestershire- oder Sojasauce
500 g griechischer Joghurt
1 kleine Knoblauchzehe
einige Stängel glatte Petersilie
Pitabrot oder rohe Gemüsesticks (zum Dippen)

Zwiebeln schälen und in grobe Stücke schneiden.
Fenchel putzen und ebenso in Stücke schneiden (ca. 3 cm).

In einer mittleren Pfanne das Olivenöl erhitzen.
Zwiebeln, Fenchel,
Thymian und ¼ TL Salz dazugeben,
gut durchmischen und bei niedriger Hitze ca. 45 Minuten köcheln.
Falls nötig etwas Wasser dazu geben und rühren.

Sherry und Worcestershire unterrühren und weitere 5 Minuten köcheln.
Die Zwiebelmischung anschließend erkalten lassen.

Knoblauchzehe schälen und ganz fein hacken. Petersilienblätter sehr fein hacken.
Joghurt, Knoblauch, Petersilie und etwas Salz gut mischen
und in eine Schüssel oder Teller geben.

Die kalte Zwiebel-Fenchel-Mischung darüber verteilen und mit einigen Tropfen gutem Olivenöl garnieren.

Guten Appetit!!!