

Vitamin-C-Bombe Fenchel

Die knackigen faustgroßen Knollen enthalten fast doppelt soviel Vitamin C wie Orangen. Deshalb eignet sich Fenchel mit seinem zarten Anisgeschmack durchaus auch einmal als süß-saure Rohkost; z. B. mit Möhren oder Äpfeln. Wichtig dabei: gut raspeln!