

Neuenburger Fondue

Das bekannteste aller Fondue-Rezepte

Zutaten für 4 Personen:

400 g	Le Gruyère Switzerland grob gerieben
200 g	Emmentaler Switzerland grob gerieben
1	Knoblauchzehe fein gewürfelt
10 g	Butter
1 geh. TL	Stärkemehl
0,3 l	trockener Weißwein
1 TL	Zitronensaft
1 Gläschen	Kirsch- oder anderer klarer Obstbrand Muskatnuss, Pfeffer

Circa 1 kg Stangen- oder Pariserbrot

Vorbereitungszeit: circa 10 Minuten

Zubereitung:

Die Butter im Caquelon (Fonduetopf) schmelzen und die fein geschnittene Knoblauchzehe ohne Farbe andünsten. Den Wein und den Obstbrand auf einmal zugeben und aufkochen lassen, dann den Zitronensaft hinzugeben. Den geriebenen Käse mit dem Stärkemehl mischen, auf einmal in das Caquelon geben und unter ständigem Rühren aufkochen. Das fertige Fondue mit Muskatnuss und weissem Pfeffer würzen. Sobald das Fondue anfängt zu kochen, die Hitze reduzieren, so dass es nur noch leicht vor sich hin köchelt. Aber Achtung, das Fondue darf nicht unter den Siedepunkt abkühlen, da es sonst "Fäden" zieht.

Tipp: Fondue lässt sich immer wieder variieren. Stellen Sie doch einmal Ihre ganz persönliche Mischung zusammen! Grundsätzlich bildet Le Gruyère Switzerland die Basis. Als weitere beliebte Fonduekäse gelten Emmentaler, Appenzeller, Tilsiter, Vacherin Fribourgeois, Raclette und Sbrinz Switzerland. Ganz eigenwillige Geschmacksvarianten erzielen Sie, wenn Sie Schabziger, Tête de Moine, Vacherin Mont d'Or oder Blauschimmelkäse begeben. Aber auch die verschiedenen Bergkäse bringen interessante neue Fondue-Genüsse. Variieren lässt sich aber auch mit den Gewürzen. Probieren Sie es doch einmal mit Kümmel, mit Curry oder grünem Pfeffer aus dem Glas!

Rezept fürs Raclettegerät

Seeteufel mit Bröselkruste

Zutaten für 4 Personen:

75 g Meerrettich
125 g weiche Kräuterbutter mit Zitrone
70 g Semmelbrösel
Salz, Pfeffer
600 g Seeteufelfilet ohne Haut
300 g Lauch
200 g Fontinakäse, frisch gerieben
Zubereitung: 40 Minuten
Garzeit: 10 Minuten
Pro Portion circa 630 kcal

Meerrettich schälen und im Blitzhacker fein hacken oder reiben. Mit Butter und Semmelbröseln verkneten, salzen und pfeffern. Seeteufel in 2 cm dicke Scheiben schneiden, rundherum salzen und pfeffern. Bröselmasse auf dem Fisch verteilen, gut andrücken, kalt stellen. Lauch putzen und in ½ cm dicke Ringe schneiden. In kochendem Salzwasser 2 Minuten blanchieren, abgießen, abschrecken. Abtropfen lassen. Mit Käse mischen. Lauch und Fischstücke auf die Pfännchen verteilen. Im heißen Raclettegerät 8-10 Minuten gratinieren.

Geflügelfondue mit Artischocken

Zutaten für 4 Personen

Fürs Fondue:

400 g Hähnchen- oder Putenbrustfilet

250 g Rinderfilet

Pfeffer

4 EL Sherry

1 Glas Artischockenherzen (200 g Inhalt)

150 g Frühstücksspeck

1 ½ l Pflanzenöl oder

1,5 kg gehärtetes Fett

Für die Schnittlauch-Vinaigrette:

1 Tomate

50 g grüne Oliven, ohne Stein

1 Bund Schnittlauch

8 EL Zitronensaft

Salz, weißer Pfeffer

½ TL Senf

5 EL Olivenöl

5 EL Sonnenblumenöl

8 EL Gemüsebrühe

Außerdem:

Holzstäbchen

Vorbereitungszeit: 40 Minuten

Pro Person etwa: 3565 kJ / 850 kcal

49 g Ew / 63 g F / 17 g Kh

Das Geflügelfleisch würfeln. Das Rinderfilet abspülen, trockentupfen und in mundgerechte Stücke schneiden. Beides getrennt mit Pfeffer und Sherry vermischen und zugedeckt marinieren. Inzwischen für die Vinaigrette die Tomate kreuzweise einschneiden, überbrühen, häuten, halbieren und entkernen. Tomate und Oliven fein hacken. Den Schnittlauch waschen und in Röllchen schneiden. Den Zitronensaft mit Salz, Pfeffer und Senf verrühren. Beide Ölsorten und die Brühe darunterschlagen. Die Tomate, die Oliven und den Schnittlauch untermischen. Die Artischockenherzen in einem Sieb abtropfen lassen. Anschließend vierteln und mit Pfeffer bestreuen. Die Speckscheiben quer halbieren. Artischockenviertel mit je einer Speckscheibe umwickeln. Mit Holzstäbchen feststecken. Fleisch aus Marinade nehmen, trockentupfen und mit den Artischockenröllchen anrichten. Das Fett in einem Fonduepfanne erhitzt und auf das brennende Rechaud stellen. Zutaten auf Fonduegabeln spießen, im heißen Fett braten und in die Vinaigrette dippen.

Überraschungs-Fondue

Zutaten für 4 Personen:

Für die Säckchen:

30 g	Glasnudeln
2 Stengel	frische Minze
2 Stengel	Basilikum
100 g	Sojabohnensprossen
1 Stengel	Zitronengras
¼	Salatgurke
1	Zwiebel
200 g	Schweinefilet
2 EL	Pflanzenöl
1 TL	Sesamöl
je 1 TL	feingehackter Knoblauch und Ingwer
2 EL	Sojasauce
1 EL	Fischsauce
½ TL	Fünfgewürze-Pulver (Asienladen)
	Salz, Pfeffer, Zucker
36	Reispapierblätter (16 cm Ø; Asienladen)
1 Bund	Schnittlauch

Für den Hoisin-Dip:

12 EL	Hoisin-Sauce (Asienladen)
3 EL	Röstzwiebeln (Fertigprodukt)

Außerdem:

3	Möhren
1 Bund	Frühlingszwiebeln
1 ½ l	Hühnerbrühe

Vorbereitungszeit: 1 ½ Stunden

Pro Portion circa: 1970 kJ / 470 kcal / 32 g Ew / 23 g F / 37 g Kh

Zubereitung:

Für die Säckchen die Glasnudeln überbrühen, 5 Minuten einweichen, abtropfen lassen und in kurze Stücke schneiden. Kräuter und Sprossen waschen, Kräuter hacken, Zitronengras putzen, das untere Drittel fein schneiden. Gurke schälen, längs halbieren, entkernen, fein würfeln. Zwiebel schälen und würfeln, Filet in kurze, dünne Streifen schneiden. Öle erhitzen, Fleisch darin kräftig anbraten. Zitronengras, Gurke, Zwiebel, Knoblauch, Ingwer und Nudeln, Kräuter und Sprossen unterrühren. Mit Sojasauce, Fischsauce, Gewürzpulver, Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Reispapier zwischen nassen Küchentüchern formbar werden lassen. Je 1 TL Füllung in die Mitte setzen, zu Säckchen formen, mit Schnittlauch zubinden. Mit feuchten Tüchern bedecken. Für den Dip die Hoisin-Sauce mit 6-7 EL Wasser verrühren und mit den Röstzwiebeln bestreuen. Gemüse putzen, Möhren in Scheiben, Frühlingszwiebeln in Stücke schneiden, mit den Säckchen anrichten. Säckchen und Gemüse in der heißen Brühe in Fonduesieben garen. Mit Dip beträufeln.

Piemontesisches Gemüsefondue

(Bagna cauda)

Zutaten für 4 Personen:

400 g Brokkoli
1 Fenchelknolle
2 kleine Köpfe Radicchio
4 Stengel Staudensellerie
je 1 gelbe, rote und grüne Paprikaschote
2 Zucchini
Salz
2 kleine Stangenweißbrote

Für die Sardellensauce:

100 g eingelegte Sardellenfilets
3-5 Knoblauchzehen
50 g Butter
1 l Gemüsebrühe

Vorbereitungszeit: 1 Stunde

Pro Portion circa: 5180 kJ / 1240 kcal / 32 g Ew / 66 g F / 138 g Kh

Gemüse putzen und waschen, Brokkoli in Röschen teilen, 5 Minuten in kochendem Salzwasser blanchieren, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Fenchelknolle achteln, Radicchio vierteln, Staudensellerie in Stücke, Paprikaschoten in Streifen schneiden. Die Zucchini längs vierteln und dann in 4 cm lange Stücke schneiden. Das Brot in fingerdicke Scheiben schneiden. Brot und Gemüse auf Platten dekorativ anrichten. Für die Sauce die Sardellenfilets unter fließendem, kaltem Wasser abspülen, trockentupfen und kleinschneiden. Knoblauchzehen schälen und fein hacken. Die Butter in einer Pfanne bei schwacher Hitze zerlassen. Den Knoblauch hinzufügen und sanft andünsten, aber nicht bräunen. Die Gemüsebrühe dazugießen und heiß werden lassen, der Knoblauch muss dabei hell bleiben. Die Pfanne vom Herd nehmen. Die Sardellen mit einer Gabel fein zerdrücken, in die Pfanne geben. Das Ganze auf dem Herd bei schwacher Hitze zu einer cremigen Sauce verrühren. Die Pfanne auf ein brennendes Rechaud stellen. Das Gemüse in die heiße, aber nicht kochende Sardellensauce tauchen. Das Brot dazu essen.

Schokoladen-Obst-Fondue

Zutaten für 4 Personen:

800 g Obst der Saison (z. B. Erdbeeren, Kirschen, Pfirsiche, Nektarinen, Äpfel, Birnen, Trauben, Mandarinen, Bananen)

4 EL Zitronensaft

50 g Mandelblättchen

50 g feingehackte Walnusskerne

100 g Amaretti (italienisches Mandelgebäck)

200 g Zartbitter-Schokolade

1 unbehandelte Orange

200 g Sahne

1 Prise Salz

Vorbereitungszeit: 30 Minuten

Pro Portion circa: 2715 kJ / 650 kcal / 9 g Ew / 40 g F / 77 g Kh

Das Obst, je nach Sorte, putzen oder schälen, entkernen und in mundgerechte Stücke schneiden. Pfirsiche, Nektarinen, Äpfel, Birnen und Bananen mit Zitronensaft beträufeln, damit sie sich nicht verfärben. Obst auf einer Platte anrichten. Mandeln, Walnüsse und Amaretti auf Schälchen verteilen. Schokolade in Stücke brechen. Orange abspülen und abtrocknen. Die Hälfte der Schale abreiben, den Saft auspressen. Sahne mit Orangensaft, -schale und Salz erhitzen. Die Schokolade darin bei schwacher Hitze unter Rühren schmelzen. Die Schokoladencreme in einen kleinen, vorgewärmten, feuerfesten Topf umfüllen, auf ein brennendes Kerzen-Rechaud stellen und warm halten. Obst und Amaretti auf Fonduegabeln spießen und durch die Schokocreme ziehen. Abtropfen lassen und in Mandelblättchen oder Walnusskerne dippen.

Variante

Wenn nur Erwachsene mitessen, können Sie 2-3 EL Alkohol unter die Sahne rühren, bevor Sie die Schokolade schmelzen, zum Beispiel Weinbrand, Whisky, Rum, Sherry, Orangen-, Pfefferminz- oder Kaffeelikör. Die Schokoladensorten lassen sich nach Belieben variieren und auch gut mischen.