

# Fondue mit Fleischbrühe

Für ca. 1-1  $\frac{1}{2}$  l

## Brühe:

1 kg Kalbs-, Rinderknochen	500 g Suppenfleisch	1 Bund Suppengemüse
0,25 l trockener Weißwein	2 l Wasser	3 Zwiebeln
1 Knolle Knoblauch	1 Bund Petersilie	2-3 Lorbeerblätter
1 TL Pimentkörner	1 TL Pfefferkörner	Olivenöl, Salz

## Brühe:

Die Basis für eine kräftige Fleischbrühe sind Knochen, Suppenfleisch und Gemüse. Die Mengen können gern erhöht oder ergänzt werden. Nur auf Kohlgemüse sollte man verzichten, da der Kohl den Geschmack der Brühe überdecken würde.

Suppengemüse und zwei Zwiebeln putzen und in Stücke teilen, die Knoblauchzehen andrücken. Eine Zwiebel mit Schale halbieren, mit den Schnittflächen nach unten in eine Pfanne legen und schwarz rösten. Olivenöl in einen großen Topf geben und erhitzen. Darin zunächst die Fleischknochen, dann das Gemüse kurz anbraten. Gewürze, Kräuter, geschwärzte Zwiebelhälften, Suppenfleisch und Weißwein hinzufügen, anschließend etwa zwei Liter Wasser angießen, bis die Zutaten knapp bedeckt sind. Alles kräftig aufkochen, dann die Hitze reduzierenden, den Topf verschließen und die Brühe zwei bis drei Stunden köcheln lassen. Die Brühe durch ein Sieb gießen und um circa ein Drittel einkochen lassen. Mit Salz abschmecken.

## Fondue:

Zum Kurzgaren in der heißen Brühe eignen sich verschiedene Fleischarten wie Rinder- oder Kalbsfilet, Hühnerbrust, Hackfleisch oder auch Bratwurstbrät. Pro Person benötigen Sie etwa 200 Gramm Fleisch. Gemüse wie Paprika, Zucchini, Fenchel oder Pilze sind schmackhafte Alternativen.

Alle Fleisch- und Gemüsesorten in Portionsstücke teilen, am besten in nicht zu kleine Würfel oder Streifen. Auf Teller oder in Schalen legen und auf den Tisch stellen.

Brühe auf dem Herd erhitzen, anschließend auf das Rechaud stellen.

Brennflüssigkeit oder -paste anzünden. Fleisch oder Gemüse auf Fonduegabeln spießen, in die heiße Brühe hängen und kurz garen.

Dazu passen verschiedene Soßen und Dips, Salat sowie süß-sauer eingelegtes Gemüse wie Gurken, Paprika oder Perlzwiebeln.

Rainer Sass am 28. Dezember 2011