

GU KÜCHENRATGEBER

Fondues

CLAUDIA LENZ



GU

TIPP

Decken Sie bei Fettfondues für jeden Esser einen kleinen Teller mit mehreren Lagen Küchenpapier auf, damit jeder nach Belieben seine frittierten Fleisch-, Fisch- oder Gemüsestücke vor dem Genießen kurz darauf abtropfen lassen kann.

Das kann alles im Fonduetopf garen

Brühe und Fett sind ein geniales Bad für ganz unterschiedliche Zutaten. Wichtig: Sie sollten in kurzer Zeit garen, so dass die Tischgäste nie zu lange den Teller leer haben.



Geflügel Im Fonduetopf wird nur kurz gegart. Deshalb müssen die Geflügelstücke klein und das Stück, aus dem das Fleisch stammt, fein sein. Fonduefleisch, das zart aus dem Topf kommt, ist möglichst bindegewebsfrei und natürlich knochenfrei. Geflügel(brust)fleisch eignet

sich bestens - ohne Haut, wenn in Brühe gegart wird, nach Belieben mit Haut für Fettfondues. Versuchen Sie doch einmal dünne Entenbruststreifen!



Fleisch Bei Schwein und Rind, auch bei Lamm- und Wildfleisch ist das Filet das

Stück der Wahl, auch Roastbeef vom Rind oder der Lachs (zartestes Rückenfleisch). Vielleicht nicht jedermanns Sache, aber aus dem Fettbad ein Genuss, sind Innereien (Variante >).



Fisch & Meeresfrüchte Als Faustregel gilt: