

Gemüsefondue

IN BRÜHE

400g Tofu

1,2 kg Gemüse (Blumen-/Rosenkohl, Broccoli, Paprikaschote, Staudensellerie, Kohlrabi, Champignons, Zucchini, Bohnen etc.)

4 EL Öl zum Braten

Für die Brühe

1/4 Liter Weisswein

3/4 Liter Gemüsefond oder Bouillon

200g Sahne

1 Knoblauchzehe

Frische Kräuter (glatte Petersilie, Oregano)

2-3 EL Speisestärke

1 TL Zitronensaft

Salz

Tofu trocken tupfen und würfeln. Gemüse (außer Pilze und Zucchini) in Salzwasser 5 Min. bissfest garen. Abschrecken und beiseite stellen.

200ml Wein, Gemüsebrühe/ und Sahne in den Fonduetopf gießen. Knoblauch schälen und fein hacken und mit den Kräutern dazugeben. Aufkochen und 10 Min. kochen lassen. Die Stärke mit dem übrigen Wein verrühren und unter Rühren in die Brühe gießen.

Gemüse in mundgerechte Stücke schneiden und in Schälchen anrichten. Das Gemüse in kochender Brühe garen.

Dazu passen eine Kräuter-, Meerrettich- sowie eine Cocktailsauce.

Dazu wird Brot gereicht.

Wir wünschen guten Appetit!

