

Alles andere als fettig: Buntes Fondue chinoise

VORBEREITEN

20
Min.

NIVEAU



Zutaten für 4 Portionen

1,5 l Geflügelfond
3 Esslöffel Cognac
1 Stück Ingwer (ca. 3 cm)
400 g Thunfisch am Stück
400 g Rinderfilet
16 Garnelen
16 g Dumplings
2 Pak Choi
200 g Zuckerschoten
400 g Brokkoli
50 g Shiitake-Pilze
Erdnussauce
asiatische Plaumensauce
Currysauce
2 Esslöffel Sojasauce

Besonderes Zubehör

Fondue-Set
4 Fondue-Siebe

nach dem Essen traditionell ausschöpfen kannst.

- 1 -

Ingwer schälen und in dünne Scheiben schneiden. Geflügelfond, Sojasauce, Cognac und Ingwer vermischen und ca. 20 Minuten köcheln lassen.

- 2 -

Zuckerschoten waschen. Pak Choi putzen und in Stücke schneiden. Brokkoli in kleine Röschen schneiden. Shiitake-Pilze putzen. Thunfisch und Rinderfilet in dünne Scheiben schneiden. Garnelen putzen. Alle Zutaten in Schälchen füllen und beiseitestellen.

- 3 -

Gewürzten Geflügelfond in einen Fonduepotopf umfüllen und heiß halten, sodass die Brühe leicht köchelt.

- 4 -

Schalen mit den Zutaten am Tisch anrichten. Gemüse, Fleisch und Fisch im Fondue-Sieb oder auf Fonduegabeln aufgespießt in der Brühe garen. Erdnuss- und Currysauce sowie asiatische Plaumensauce dazu servieren.

Nicht heiß und fettig, sondern heiß und asiatisch dampft es heute aus deinem Fonduepotopf. Neben verschiedenen Gemüsesorten schwimmen auch kleine Dumplings, Garnelen und Thunfisch in der kräftigen Brühe, die du