

Bagna Caoda - Gemuese - Fondue mit Knoblauchsauce

Kategorien: Kartoffel, Gemuese, Fondue

Zutaten für: 4 Portionen

SAUCE

10		Knoblauchzehen
250	ml	Milch
5		Sardellen-Filets
200	ml	Olivenoel

GEDAEMPFTES GEMUESE

400	Gramm	Gemuesemischung Karotte, Sellerie, Fenchel, Blumenkohl, Bohnen, Kabis, Krautstiel Kohlrabi
600	Gramm	Kartoffeln

ROHES GEMUESE

Gurken
Zuchetti
Tomaten
Lattich
Endivien
Champignons
Menge nach Bedarf

Anleitung:

Die Bagna caoda ist ein typisches piemontesisches Herbstgericht. Wenn Die Maerkte ueberquellen von ueppigen Gemueseangebot, ist dieses Mahl Besonders in den Suedpiemontesischen Alpen eine Energieund Vitaminvorsorge fuer den Winter. Knoblauchzehen schaelen und zerdruecken; Knoblauchmus in Milch ca. 3/4-1 Stunde auf kleinem Feuer breiig kochen. Sardellen-Filets mit der Gabel zerdruecken, das Fischmuss mit dem Oel Bedecken und ganz langsam unter stetem Ruehren erwaermen. Die Sauce Darf nicht zu heiss werden, da sich sonst das Oel absetzt. Nach Belieben mit einem Schuss Rahm anreichern. Die beiden Saucen miteinander verruehren - z.B. im Fonduecaquelon, Nicht zu heiss werden lassen. Die Gemuesemischung und die Kartoffeln in Stengel, Wuerfel, Rondellen Oder Viertel schneiden und auf einem Gitter knapp weichkochen. Rohes Gemuese -Menge je nach Bedarf - auf einer Platte zu einer Bunten Tafel anrichten. Servieren: die Sauce auf einem Fondue-Rechaud warmhalten. Gemuesestuecke von Hand oder mit der Gabel hineintunken. Fuer diejenigen mit Geld: das piemontesische Originalrezept enthaelt Weisse Trueffel als Delikatesse zur Sauce.