

Fondue Bacchus

Schweiz/Frankreich (für 4 Personen)

Zutaten:

- ca. 900g zartes, komplett fettfreies Rindfleisch. Filet, Entrecote oder Huft.
- Zutaten nach Belieben, z.B.:
 - Champignons
 - Riesen-Scampis
 - Cherry Tomaten
 - kurz gedämpftes Gemüse (Broccoli, Peperoni etc.)
- ca. 4 Dipsaucen
- 2 grosse Tassen (max. 500g) weisser Langkomreis oder mit Wildreis gemischt
- 1 Liter Wein (Kochwein genügt), rot oder weiss
- 1 Zwiebel
- 1 Handvoll Gewürznelken
- 1 Handvoll getrocknete Lorbeerblätter
- 1 Würfel Gemüsebouillon
- Option: 1 Handvoll Kardamom Kapseln

Vorbereitung:

- Das Fleisch mit einem scharfem Fleischmesser in ziemlich grosse Würfel schneiden (ca. 3x3cm). In geeigneter Schale schön präsentieren.
- Die Zwiebel in Ringe schneiden.
- Die Zutaten dämpfe ich kurz in wenig Wasser, damit man sie beim Essen nicht lange in den Fonduepfopf halten muss.

Zubereitung:

- Die Dipsaucen in Schälchen geben.
- Den Reis kochen. Ich mag es mit einer Handvoll Kardamom Kapseln, wie es der Inder macht. Gibt einen asiatischen Geschmack.
- Die Fonduepfanne zum kochen bringen mit:
 - Wein
 - Zwiebelringe
 - Gewürznelken
 - Lorbeer
 - Gemüsebouillon Würfel

Tipp:

- Die Fleischstücke sind ja von bester Qualität. Es wäre jammerschade, wenn man die durchkocht! Also mit der Gabel nur kurz in den brodelnden Wein legen. Innen müssen sie noch fast roh sein.
- Die Jungen essen manchmal statt Reis lieber Kartoffel Chips.
- Der rote Wein färbt die Fleischstücke, so dass sie noch "knackiger" aussehen. Aber ob Rot oder Weisswein ist Geschmackssache. Schweizer nehmen eher weissen und die Savoyarden Rotwein.

- Fondue Bacchus heisst es nach dem römischen Weingott Bacchus.

