



Chinesisches Fondue

Zutaten

- 200 g Rinderfilet
- 200 g Schweinefilet
- 200 g Putenbrustfilet
- 180 g Möhren
- 4 Stängel Staudensellerie
- 150 g Chicorée
- 200 g Garnelen
- 1500 ml Wasser
- 1,5 Würfel Maggi Gemüse Brühe, Faltschachtel mit 8 Würfeln
- 4 EL Sherry, trocken

Zubereitung

1. Rinderfilet und Schweinefilet häuten, waschen, trocken tupfen, ca. 30 Min. in das Gefrierfach legen und in dünne Scheiben schneiden. Putenbrustfilet waschen, trocken tupfen und in feine Streifen schneiden.
2. Möhren putzen, waschen, schälen. Sellerie putzen, waschen. Chicorée putzen, waschen und den Strunk entfernen. Gemüse in dünne Scheiben schneiden und mit Garnelen auf 4 Tellern anrichten.
3. Wasser in einem Fonduetopf zum Kochen bringen. Maggi Gemüse Brühe darin auflösen. Mit Sherry abschmecken, Gemüse-Bouillon auf ein Rechaud stellen und ständig auf dem Siedepunkt halten. Die Zutaten werden in kleinen Fonduesieben in der Bouillon gegart und auf dem Teller in die Saucen gedippt.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	8 g
Energie	286 kcal
Fett	5 g
Protein	46 g

🕒 58 Minuten

⊕ 4 Portionen