AUFWAND	KOCHDAUER	SAISON	HERKUNFT
klein	45 Min.	Herbst	Italien

BAGNA CAODA



Rezept: Rudolf Trefzer. Sapori del piemonte. AT 2005 - Foto: compactcook.com

KURZ VORGESTELLT

Dieses Fondue ohne Käse und auch ohne Fleisch stammt ursprünglich aus dem Piemont. Ein Gericht für eine gemütliche Runde im Winter.

ZUTATEN (4 PERSONEN)

20 Zehe	Knoblauch	4	Baumnuss
16	Sardellenfilets	4 dl	Olivenöl
			Saisongemüse, roh und gekocht

ZUBEREITUNG

1. Knoblauch schälen und halbieren, grüne Keime entfernen. Die Sardellen unter fliessendem Wasser entsalzen und klein schneiden.
2. Öl, Knoblauch, Sardellenstücke und die zerkleinerten Nüsse in einem Topf aus Ton oder Gusseisen ca. 30 Min. auf kleinstem Feuer köcheln, dabei gelegentlich mit einem Holzlöffel rühren.
3. Gemüse vorbereiten: Roh eignet sich Peperoni, Weisskohl, Stangensellerie, Fenchel. Im Ofen gegart, Zwiebel, Kartoffeln, Karotten, Artischockenherzen und Kürbis. Die Gemüse in mundgerechte Stücke schneiden.
4. Sauce etwas abkühlen lassen und mit dem Mixer pürieren. Falls nötig mit Salz abschmecken. Nochmals kurz aufkochen und den Topf auf den Tisch stellen. Die vorbereiteten Gemüse in der Sauce tunken und geniessen.

TIPP: Idealerweise wird die «warme Sauce» auf dem Tisch warmgehalten. Im Saucenrest Spiegeleier braten.