

Essen in Frankreich

Fond

Grundrezept für einen dunklen Fleischfond

Die Mühe lohnt, wenn man wie hier eine große Menge zubereitet!

2 kg d'os de bœuf ou de veau
1 cuisse de poulet
300 g plat de côtes
1 oignon non pelé, coupé en quartiers
500 g mirepoix
1 bouquet garni
1 c. à s. de grains de poivre noir, clous de girofle

2 kg Rinder- oder Kalbsknochen
1 Hähnchenschenkel
300 g Querrippe vom Rind
1 Zwiebel, ungeschält, in Viertel geschnitten
500 g kleingeschnittenes Suppengemüse
1 Kräuterstrauß
1 EL Pfefferkörner (schwarz), einige Nelken

Faites rôtir les os 40 mn dans le four à 230°C en ajoutant les légumes à mi-cuisson.

Déglacez avec un peu d'eau.

Versez dans un grand faitout, ajoutez les autres ingrédients et 3½ litres d'eau.

Laissez mijoter 4—5 heures en écumant souvent pour retirer le maximum de graisse et d'impuretés.

Versez le bouillon dans une passoire fine..

Pressez les parties solides à l'aide de la louche pour extraire le jus. *

Laissez refroidir et **dégraissez** le bouillon.

Lorsque le bouillon est dégraissé, faites-le réduire sur feu vif pour bien le **concentrer**.

Vous pouvez surgeler le fond pour l'utiliser dans les 6 mois qui suivent:

Laissez-le refroidir complètement

Versez le fond froid dans un bac à glaçons, faites prendre 4 h au congélateur jusqu'à solidification.

Lorsque les glaçons sont pris, dégagez-les du bac, mettez-les dans un sac à congélation.

Braten Sie die Knochen 40 Min. im Backofen bei 230°C, nach der halben Zeit die Gemüse zufügen.

Löschen Sie mit etwas Wasser ab.

Schütten Sie alles in einen großen Topf und geben Sie sämtliche andere Zutaten sowie 3½ l Wasser hinzu.

Dann **4—5 Stunden kochen lassen**, dabei immer wieder abschäumen, um Fett und Trübungen zu entfernen. Gießen Sie die Brühe durch ein feines Sieb.

Mithilfe einer Kelle **auspressen** *

Abkühlen lassen und die Brühe **entfetten**.

Ist die Brühe entfettet, wird sie bei starker Hitze reduziert um sie gut zu **konzentrieren**.

Diesen Fond können Sie zur Verwendung bis zu 6 Monaten konservieren indem sie ihn **einfrieren**:

Lassen Sie ihn komplett erkalten

Gießen Sie den Fond in Eiswürfelbehälter und stellen Sie diese für 4 Std. ins Gefrierfach.

Sobald die Würfel hart gefroren sind, können sie in Gefrierbeutel umgefüllt werden.

Alle Geschmacksstoffe sind nach 5 Stunden Kochzeit vollkommen in den Fond übergegangen, daher ist sowohl das Suppenfleisch und auch das Geflügelfleisch ausgelaugt und wird anschließend weggeworfen.

TIPP: auch kann der Fond heiss in Twist-off-Gläser abgefüllt werden und ist dann kühl aufbewahrt ca. 6 Wochen haltbar.



Übersetzen Sie französische Originalrezepte mit Hilfe dieses Buches:

Essen in Frankreich ISBN 978-3-8370-0911-8 über www.essen-in-frankreich.de oder im Buchhandel €18,00