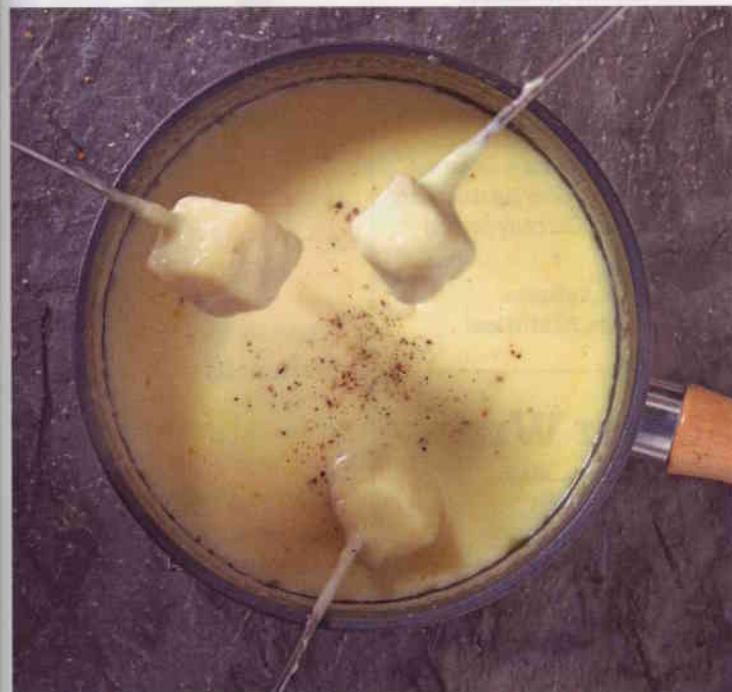


Traditionell



Fondue moitié-moitié

Vor- und zubereiten: ca. 20 Min.

600 g Weissbrot

1 Knoblauchzehe, halbiert

400 g rezenten Gruyère

400 g Freiburger Vacherin

vegi

3 dl Weisswein

(z. B. Chasselas Romand)

1 Esslöffel Maizena

1 Esslöffel Kirsch

wenig Muskat, Pfeffer

1. Brot in mundgerechte Würfel schneiden.
2. Das Caquelon mit Knoblauch ausreiben. Käse an der Röstiraffel direkt ins Caquelon reiben. Wein mit dem Maizena verrühren, dazugiessen, unter gleichmässigem Rühren bei kleiner Hitze aufkochen. Kirsch beigegeben, würzen.

Tipp: Wenn das Fondue gerinnt, 1 Teelöffel Maizena mit wenig Weisswein und Zitronensaft anrühren, dazugiessen, unter Rühren nochmals langsam aufkochen.

Pro Person: 64 g Fett, 65 g Eiweiss, 85 g Kohlenhydrate, 5132 kJ (1227 kcal)

Neu kreiert



Käsebeutel

Vor- und zubereiten: ca. 20 Min.

Backen: ca. 20 Min.

Für 8 ofenfeste Förmchen von je ca. 1 dl, gefettet

3 Eigelbe

1 Bund Schnittlauch, fein geschnitten

3 Eiweisse

vegi

1 Prise Salz

150 g Gruyère, an der Röstiraffel gerieben

4 Esslöffel Paniermehl

½ Teelöffel Backpulver

Salz, Pfeffer, nach Bedarf

1 Päckli Strudelteig (120 g)

40 g Butter, flüssig, ausgekühlt

1. Eigelbe mit Schnittlauch verrühren.
2. Eiweisse mit dem Salz steif schlagen. Käse, Paniermehl und Backpulver mischen und mit dem Eischnee sorgfältig unter die Masse ziehen, würzen.
3. Teig sorgfältig auseinanderfalten, 2 Teigblätter mit Butter bestreichen, mit je einem weiteren Blatt bedecken, je längs und quer halbieren. Je ein Teigquadrat in die Förmchen drücken, je ¼ der Masse hineinfüllen, Teigrand darüber zusammenraffen, sodass kleine Beutel entstehen. Beutel mit der restlichen Butter bestreichen. Sofort backen.

Backen: ca. 15 Min. in der unteren Hälfte des auf 200 Grad vorgeheizten Ofens. Mit Alufolie bedecken, ca. 5 Min. fertig backen.

Pro Stück: 13 g Fett, 10 g Eiweiss, 12 g Kohlenhydrate, 864 kJ (207 kcal)

Schweiz,
ganz natürlich.



Region Freiburg

Kaum eine andere Region ist so reich an Erzeugnissen aus einheimischer Produktion wie die Region Freiburg: vom weltbekanntesten Gruyère und dem Vacherin Fribourgeois über Fische aus einheimischen Gewässern bis hin zu Weinen von sonnenverwöhnten Reben.

Entdecken Sie die kulinarischen Schätze Freiburgs auf unserer Website!

www.bettybossi.ch

www.bettybossi.ch/links/schweiz