

Fondue de formatge



Amb els anys que fa que les tinc i mai havia fet una fondue amb les nenes. Va valdre la pena, ens ho vam passar pipa, grans i petits.

Una fondue és un regal típic de boda; l'únic problema es que a vegades no sabem com utilitzar-la i l'acabem arraconant al fons de l'armari.

La paraula fondue vé de la paraula francesa "fondre", que significa el mateix en català, fondre. Tradicionalment les fondues es relacionen amb el formatge fós i amb Suïssa, però hi han també moltes fondues de carn i peix que provenen de llocs tant distants com França, Estats Units i Xina.

En aquesta recepta hem fet la de formatge, però al final trobareu una llista d'ingredients, salses, acompanyaments i també, altres fondues.

Per 6 persones

Temps: 45 min.

Ingredients:

- -Per la fondue: 400gr. de formatge emmental, 300 gr. de gruyere i 400gr. de formatge raclette. 1 all, 20 gr. de maicena, 100ml de vi blanc sec, pebre negre i 1 culleradeta de suc de llimona.
- -1 baguette de pa normal o pa sense gluten
- -Podem acompanyar amb encurtits, dips de verduretes, etc.



Elaboració:

PAS 1: Freguem l'all per dintre l'olla i la fondue.

PAS 2: Tallem el formatge a daus i els posem a l'olla amb el vi blanc sec, la maicena, el pebre i el suc de llimona.

PAS 3: Posem el foc lent i sense deixar de remenar, anar desfent el formatge.

PAS 4: A banda tallem el pa a daus grans.

A l'hora de rentar: El formatge queda ben enganxat a l'olla i fondue. Retirem el que poguem amb una espàtula de plàstic. Després només cal que poseu una mica d'aigua i les posem al foc. Veureu que mica mica i amb ajuda de l'espàtula, anirà sortint.





www.lamevacuina.cat



www.lamevacuina.cat



Bon Profit!

INGREDIENTS QUE PODEM UTILITZAR:

- **-Oli de qualitat**, però no d'oliva. Necessitarem suficient oli per la fondue Bourguignonne per cobrir els dos terços de l'olla.
- **-Brou.** En fondues de tipus xinès es cuina amb brou. L'ideal és de pollastre amb una mica de gust a all porro o ceba. Ha de ser casolà. S'ha d'omplir l'olla a dos terços.
- **-Carn:** Com que la carn per fondue s'ha de coure ràpidament, ha de ser de la millor qualitat, si no, es posarà dura i no quedarà gustosa. Malgrat tot, es té l'avantatge de que, si es posen suficients salses i acompanyaments, la gent menjarà menys, de manera que, encara que la compris de bona qualitat, no resulta molt car. Pots utilitzar un sol tipus de carn o mesclar diferents tipus per obtenir la quantitat convenient.

1. **VACA:** L'única carn de vaca que es pot utilitzar amb la fondue és el filet. Escollir rellom, entrecot o del pernil, i calcular uns 100gr. per persona. Pot semblar poc, però amb els altres talls i les guarnicions serà suficient.
2. **PORC:** Queda exquisit el llom. Una mica de cinta adobada alternada amb una altra carn. Esperar cap al final de la fondue per no tacar l'oli i espatllar el gust de la carn. Es poden fregir alguns xoricets.
3. **POLLASTRE:** Els pits de pollastre sense os ni pell, tallats a tires, son excel·lents per les fondues orientals. Posar la mateixa quantitat que la carn de vedella. També es poden utilitzar pits de gall d'indi sense os. En canvi no s'ha de fer servir ànec, doncs té massa greix.
4. **MENUTS:** A l'orient son molt populars, i a casa nostra, de petits, també n'hem menjat molts. ronyonets ben nets i tallats per la meitat, fetgets, freixuretes, però a nosaltres ens agradarà més a la bourguignonne, és a dir, amb oli, que no pas la fondue oriental que es fa amb brou.

5. **SALSITXES:** De les petites, de mossada. Ideals.
6. **PEIX I MARISC:** Per la fondue millor peix blanc i fresc. Normalment s'adoba abans de fregir-lo a la fondue d'oli., o bé tallar-lo a tires i arrebossar-los amb pa i ou. Són adequats el bacallà, el congre, carboner i llobarro. Posar almenys 175 gr. per persona. El marisc és popular tant en fondues orientals com a la bourguignonne, la d'oli. Queden molt bé les gambes i els llagostins. S'han de pelar abans i es necessitaran 175 gr. per persona, encara que poden alternar-se amb altres tipus de peix. Si la fem de peix i marisc, no la podem barrejar amb les carns, canviariem i disgustariem els gustos tant d'uns com dels altres.
7. **VERDURES I AMANIDES:** Les verdures no són un ingredient tradicional, però donen un agradable contrast a la carn i al peix. Per la fondue d'oli s'utilitzen molt els xampinyons, quadradets d'albergínia o de carbassons, amanits prèviament amb sal i deixant-los escórrer. I per la fondue oriental són molt populars també els xampinyons, la ceba i bocinets de col. Posar uns 25 gr. de verdures per persona. A més, no hi ha res com una bona amanida fresca i variada per acompanyar les fondues de carn.

SALSES:

- **-Maionesa i les seves variants.**
- **-Holandesa**
- **-Bearnesa**
- **-de tomàquet**
- **-Barbacoa**
- **-d'all:** Per fondues d'oli de carn i de peix. Mesclar 225gr. de formatge cremós, 1 1/2 cullerades de nata líquida, 150 ml. de llet, 1 cullerada de ceba picada molt petita, 1 cullerada de julivert picat molt petit, 2 alls grans picats ben petits, sal i pebre.
- **-de xampinyons:** Per fondues d'oli de carn i de peix.

Netejar i tallar ben fins 75gr. xampinyons petits. Desfer 50 gr. de mantega en una paella. Pelar i talalr ben petita 1 ceba i fregir a foc lent amb la mantega i els xampinyons. Afegir 150ml de beixamel (unes 10 cullerades). Quan la mescla començi a bullir un altre cop, apartar del foc i afegir 1 cullerada de brandy i remoure. Servir calenta o freda.

- **-de curry:**Tant per la fondue d'oli com la de brou. Tallar ben petita 1 ceba petita i un all gran. Fregir a foc lent amb 25gr de mantega. Afegir 2 cullerades de pasta suau de curry i coure durant 2 minuts més. Afegir 1 cullerada de farina, remou-re bé i coure durant 2 minuts. Apartar del foc i afegir a poc a poc 275ml. de brou de carn. Remou-re i posar al foc i fer que bulli a foc lent durant 5 minuts. Pelar i tallar ben petita una poma reineta i afegir. Afegir també 1 cullerada de mostassa i una de suc de llimona. Mescla bé i acabar incorporant 2 cullerades de nata líquida. Servir calenta.
- **-de raves picants:**Ideal per la fondue de carn. Mesclar 3 cullerades de salsa de raves picants amb 3 cullerades de iogurt natural.
- **-Picant:**Per servir-la amb la de carn o peix. Mesclar 4 cullerades de nata agre, 1 cullerada de vinagreta i 2 de tàperes ben picades.
- **-de mostassa:**Per la fondue de carn i menuts. Mesclar 4 cullerades de nata agre, 2 de mostassa i 2 de ceba ben picada.
- **-Diablo:**Com que es necessita la salsa que en surt de fer fricandó, millor comprar-la feta.
- **-Chutney**
- **-Brava**
- **-Quetxup**



▪