

Thymian - Käsefondue

Zutaten:

- 150 g Rosenkohl
- Salz und Pfeffer
- 150 g grüne Bohnen
- 150 g Blumenkohl (1 Stück)
- 300 g Roggenmischbrot
- 2 EL Olivenöl
- 300 ml Milch (3,5 % Fett)
- 10 g Speisestärke (2 TL)
- 250 g Gruyère-Käse
- 200 g Bergkäse
- 100 g Appenzeller Käse
- 4 Zweige Thymian



Zubereitung:

1. Rosenkohl putzen, Strünke kreuzweise anritzen und die Röschen in kochendem Salzwasser in 4–5 Minuten bissfest garen. Abgießen, abschrecken und abtropfen lassen. Rosenkohl halbieren und auf einen kleinen Teller geben.
2. Bohnen putzen, waschen und in kochendem Salzwasser 8 Minuten garen, abgießen, abschrecken und abtropfen lassen.
3. Blumenkohl putzen, waschen, in Röschen teilen und in kochendem Salzwasser 3–4 Minuten garen, abschrecken und abtropfen lassen. Bohnen und Blumenkohl ebenfalls auf je einen Teller geben.
4. Brot in 2–3 cm große Würfel schneiden, auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen, mit Olivenöl beträufeln und leicht salzen. Brotwürfel im vorgeheizten Backofen bei 150 °C (Umluft 130 °C; Gas: Stufe 1–2) etwa 8 Minuten rösten. Dann herausnehmen, in eine Schüssel geben und abkühlen lassen.
5. Von der Milch 3 EL abmessen und darin die Stärke einrühren. Restliche Milch in einem Topf bei kleiner Hitze erwärmen. Sämtlichen Käse von Rinde befreien, fein reiben und in der Milch langsam unter Rühren schmelzen lassen. Stärkemischung einrühren und mit etwas Pfeffer würzen. Thymianzweige waschen, trocken schütteln und in die Käsemasse geben.
6. Einen Fonduepotf am Tisch über einer Flamme erhitzen, das Käsefondue einfüllen, Gemüse und Brot danebenstellen und nach Belieben die Zutaten in den Käse dippen.

Thymian:

- Stillt Krämpfe
- Wirkt antiseptisch
- Fördert die Verdauung
- Hilft besonders als Tee
- Befreit die Atemwege
- Enthält wertvolles Öl

KW 52

www.ehanuschke.de



Auf den Schrederwiesen 44

80995 München

☎ 089 14347312

Hofladen Öffnungszeiten:

Dienstag 14 – 18 Uhr
Donnerstag 14 – 18:30 Uhr
Freitag 14 – 18 Uhr
Samstag 9 – 13 Uhr

Bildquelle:

<https://eatsmarter.de/rezepte/thymian-kaesefondue>

Rezeptquelle:

<https://eatsmarter.de/rezepte/thymian-kaesefondue>