

Fond / Saucen

Ein guter Fond ist, neben guten Grundprodukten, das wichtigste in der Küche, vor allem als Basis für die Saucen. Vom Ansetzen und der richtigen, sorgfältigen Behandlung der Fond hängen Qualität und Geschmack der späteren daraus entstehenden Gerichte ab.

Der Bratensatz ist die natürlichste Grundlage einer guten Sauce, die beim Braten (in manchen Fällen auch beim Schmoren und Dünsten) von Fleisch, Geflügel, Wild, Fisch, Meeresfrüchten, Pilzen und Gemüse entstehen und die eine perfekte Verbindung von Speisen und Saucen schafft.

Ein Fond ist im Prinzip nichts anderes, doch stellt man ihn meistens nicht in Verbindung mit dem Braten, sondern getrennt her, aus viel billigeren Zutaten wie Fleischabschnitten, Gemüseabschnitten und vor allem Knochen.

Vier wichtigste Entstehungsprinzipien von Fonds:

1. Der Fond, der beim Anbraten in der Pfanne entsteht und durch ablöschen mit einer Flüssigkeit, dem lösen des Bratensatzes und anschließender Bindung zur Sauce wird.
2. Der klassische Bratenjus, der beim Braten im Ofen aus Fleisch und Gemüse entsteht und der ebenfalls abgelöscht und nach belieben gebunden wird.
3. Der braune Fond, aus angerösteten Knochen, Fleischabschnitten, Gemüse und Gewürzen wird durch mehrmaliges aufgiessen und einkochen gezogen.
4. Der helle Fond, wird aus angedünstetem Fisch, Geflügel und Gemüse, ohne anbraten durch ablöschen und einkochen gewonnen.

Gemüsefond: (Gemüseboullion)

Vorbereitung:

- Das Gemüse gründlich waschen, rüsten und zu einem Matignon zusammenschneiden
- Die Tomaten würfeln
- Das Gewürzsäcklein herstellen (es enthält Pfefferkörner, Nelken, Lorbeerblätter, Petersilienstängel, Thymian)

Zubereitung:

- Zwiebeln, Lauch und Knoblauch in Margarine andünsten
- restliches Gemüse begeben und mitdünsten
- mit Wasser auffüllen, aufkochen lassen und abschäumen
- Salz und Gewürzsäcklein beifügen
- ½ bis 1 Stunde langsam Sieden lassen (knapp unter dem Siedepunkt halten)
- vorsichtig durch ein Passiertuch passieren

Rezept:

Margarine 0,1 Kg
Zwiebeln 0.3 Kg
Knoblauch 0.01Kg
grüner Lauch 0.6 Kg
Karotten 0.6 Kg
weisser Kabis 0.3 Kg
Fenchel 0.2 Kg
Stangensellerie 0.3 Kg
Tomaten 0.2 Kg
Wasser 12 Liter
Salz 0.05Kg
Gewürzsäcklein 1 Stück