



Bagna cauda

Frisches Gemüse mit einer Sardellen-Knoblauch-Sauce



Zutaten für 6 Portionen:

1 m.-große	Salatgurke(n), geschält, entkernt und in Streifen geschnitten
250 g	Blumenkohl, in Röschen geteilt
250 g	Brokkoli, in Röschen geteilt
1 m.-große	Fenchelknolle(n) mit Grün, halbiert, in 5 mm dicke Scheibe geschnitten
1 Bund	Staudensellerie mit Blättern, in 5 - 6 cm lange Stücke geschnitten
3	Paprikaschote(n), bunte, entkernt und in 5 - 6 cm Streifen geschnitten
300 g	Möhre(n), junge, in der Länge geviertelt
300 g	Champignons, möglichst kleine, oder geviertelt
12 kleine	Kirschtomate(n)
2	Stangenweißbrot(e), in Stücke geschnitten
8	Sardellenfilet(s), fein gehackt
2 Zehe/n	Knoblauch, fein gehackt
¼ Liter	süße Sahne
4 EL	Butter

Rezept von: Stephan-kocht-gerne

Die Bagna Cauda ist ein typisches piemontesisches Gericht. Es schmeckt mit jedem Gemüse, es muss nur frisch sein.

Die Gemüsestreifen für 1 Stunde in eine Schüssel mit Eiswürfeln legen, um ihnen Festigkeit zu verleihen. Mit Küchenpapier abtrocknen und mit den Tomaten und Champignons auf einer Platte schön anrichten. Mit Frischhaltefolie zudecken und bis zum Servieren in den Kühlschrank stellen.

In einem schweren 1 Liter fassenden Kochtopf die Sahne aufkochen lassen und unter häufigem Rühren etwa 15 bis 20 Minuten auf dem Feuer reduzieren, bzw., bis sie etwa zur Hälfte eingekocht ist.

Die Butter in einer Kasserolle zerlassen, Sardellen und Knoblauch hinzufügen und rühren, bis die Sardellen geschmolzen sind. Die Sahne dazugießen und unter dauerndem Rühren bis kurz vor dem Siedepunkt erhitzen.

Das Gemüse mit der Sardellensauce auf den Tisch bringen und die Sauce auf einem Rechaud warm halten. Frisches Weißbrot dazu reichen. Das Gemüse nun nach Wahl in die heiße Sauce tauchen und mit etwas Brot genießen.

Arbeitszeit	ca. 1 Stunde
Koch-/Backzeit	ca. 30 Minuten
Gesamtzeit	ca. 1 Stunde 30 Minuten
Schwierigkeitsgrad	normal
