

Restefond



Herstellung eines Reste-Fond Benötigt werden abhängig von der Art des Fonds verschiedene Überbleibsel aus der Küche. Dabei spielen Menge und Vielfalt keine Rolle.

Gemüsefond: Zwiebeln, Frühlingszwiebel, Karotte, Lauch, Knoblauch, Petersilie, Schnittlauch, Kohlrabi, Weißkraut, Brokkoli, Kartoffeln, Maggikraut, frischer Ingwer, Pilze und auch Schalen, zum Beispiel Spargelschalen, und Strünke. Wichtig ist, dass du geschmacklich passende Sorten kombinierst.

Fleischfond: Knochen, Fett und Knorpel

Fischfond: Gräten, Haut, Flossen und Kopf

Desweiteren werden ein paar Utensilien benötigt:

- 1 großer Topf mit Deckel
- 1 Sieb
- 1 Geschirrtuch oder Mullwindel
- Gläser mit Twist-off Deckel

So gehen sie vor:

1. Reste in einen Kochtopf geben und mit Wasser aufgießen, bis sie gut bedeckt sind.
2. Überbleibsel aufkochen, mit frischen Gewürzen wie Petersilie oder Liebstöckel würzen und zugedeckt so lange bei geringer Temperatur ziehen lassen, bis der dickste Gemüserest weich ist oder die Knochen einen angenehmen Geschmack abgegeben haben.
3. Zutaten absieben, ausgekochte Teile im Tuch gut auswringen und den Fond mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Den Sud nochmals kurz aufkochen und kochend heiß in saubere, sterile Twist-off Gläser füllen.

Fond haltbar machen:

Besteht der Fond ausschließlich aus Gemüseresten, kann er auch ohne weitere Konservierung einige Wochen lang ungekühlt aufbewahrt werden. Für eine längere Lagerung und für eiweißreiche Fonds mit Fisch und Fleisch ist es dagegen ratsam, die verschlossenen Gläser durch Einkochen zu konservieren. Fonds werden am besten bei 100 °C für mindestens eine Stunde eingekocht. Beim Einkochen, anders als beim heißen Abfüllen, werden bei ausreichender Einkochtemperatur und -dauer so gut wie alle Keime abgetötet, so dass die Konserven sicher haltbar sind.