

# Kardy in Fondue

Zutaten für 4 Personen :

700 bis 800 gr Normale Fonduemischung oder Moitié-Moitié  
1 Knoblauch und Maizena  
4 - 5 dl Weisswein  
700 bis 800 gr Kardy gerüstet (ca 1,5 kg Kardy ungerüstet)  
1 l Wasser  
0,35 l Milch  
Brise Salz ( wie bei Teigwaren)

Das Wasser und die Milch werden zusammen in eine Kochpfanne gegeben. Die Blattrippen des gebleichten Kardy werden erst von der Pflanze genommen und die Stacheln an der Rippe werden von oben nach unten weggeschnitten. In der gleichen Richtung wird die Haut an den Rippen abgezogen (wie beim Rabarberstengel).

Gleich danach werden die Rippen in Stücke geschnitten (Grösse, dass Sie in den Mund passen) und in die Wasser/Milchmischung gelegt (damit die Stücke nicht anlaufen). Das Herzstück (Wurzelhals und Rippenbasis) der Pflanze wird auch geschält, in Stücke geschnitten und in das Milchwasser gelegt.

Danach gibt man die Brise Salz dazu und bringt das ganze zum Kochen. Kochzeit 25-30 Minuten ( bis die Stücke gar sind). Die Flüssigkeit wird dann abgeschüttet und der Kardy wird warm oder kalt aufbewahrt.

Nun wird das Fondue zubereitet. Die Kardystücke werden an die Gabel gesteckt und ins Fondue getaucht.

Der Geschmack der Kardy vermählt sich sehr gut mit dem Käse. Dazu wird ein guter Weisswein oder ein leichter Rotwein serviert.

Weitere Kardyrezepte finden Sie unter [www:cardongenevois.com](http://www.cardongenevois.com)  
oder Kardy-Gemüse aus Genf

Andreas Wigger,

