

## Ein rein pflanzliches Rezept aus der Datenbank

?

### Fondue mit Hefeflocken

#### Zutatenliste:

5 Stk

1 Tasse

1/3 - 1/2 Tasse

1 1/2 TL

1 gestr. TL

1 1/2 Tassen

1/2 Tasse

2 TL

75 g

#### Beilage

500 g

Rezept für 2-4 Personen

**Zubereitung:**

Knoblauchzehen vierteln und die Fondupfanne damit ausstreichen. In einem Kochtopf Hefe-Flocken, Mehl, Knoblauchpulver und Salz gut vermischen. Dann das Wasser und den Weisswein nach und nach zugeben und mit dem Schwingbesen gut verrühren, sodass keine Klümpchen entstehen. Die Masse zum Kochen bringen und 1-2 Minuten kochen lassen, bis die richtige Konsistenz erreicht ist. Während dem Kochen den Senf und die Margarine dazugeben und mit reichlich Muskat und etwas Pfeffer abschmecken. In eine Fonduepfanne umfüllen und wie gewohnt mit grossen Brotwürfel-Stücken servieren.

Rezeptgruppe: Haupt.

Dieses Rezept von *Andreas Item* wurde eingetragen von: Peter Beck / 2003-11-14 09:47:16

---

[Zurück zum Rezepte-Suchformular](#) [1]

URL: [http://www.swissveg.ch/rezept?recipe\\_id=1751](http://www.swissveg.ch/rezept?recipe_id=1751)

Fussnoten:

Dies ist ein Rezept aus der Datenbank der Europäischen Vegetarier Union ([www.euroveg.eu](http://www.euroveg.eu) [2]).

Kontaktadresse: [rezepte@swissveg.ch](mailto:rezepte@swissveg.ch) [3].

Diese Seite wird gewartet und aktualisiert von Swissveg, Niederfeldstr. 92, 8408 Winterthur.

**Source URL (modified on 14.10.2017 - 00:41):** [https://www.swissveg.ch/rezept?recipe\\_id=1751](https://www.swissveg.ch/rezept?recipe_id=1751)

**Links**

[1] <https://www.swissveg.ch/rezepte>

[2] <http://www.euroveg.eu>

[3] <mailto:rezepte@swissveg.ch>