

Selbstgemachte Gemüsebrühe

Zutaten für ca. 2,5 Liter:

- 1 TL Rapsöl
- 4 Karotten (ca. 300 g)
- ½ Knollensellerie (ca. 200 g)
- 1 Stange Lauch/Porree (ca. 400 g)
- 1 gelbe Zwiebel
- 1 Stück Wurzelpetersilie
- ½ Bund Petersilie oder einige Petersilienstängel
- 3 Liter Wasser
- Gewürze nach Belieben, z.B. Ingwer, Knoblauch, Piment, Wachholder, Thymian, Lorbeer, Kümmel, Garam Masala



1. Erde vom Gemüse entfernen, waschen und ungeschält in große Stücke schneiden. Den Lauch zuerst schneiden und in einer Schüssel mit viel Wasser gut waschen, um alle Erdreste zu entfernen.
2. Einen hohen Topf mit 5-10 Litern Fassungsvermögen auf dem Herd erhitzen. Das Öl in den heißen Topf geben und die Zwiebel zuerst anbraten. Danach das ganze Gemüse zur Geschmacks- und Farbgebung. Gelegentlich umrühren.
3. Das Gemüse mit Wasser ablöschen, sodass es bedeckt ist. Gewürze hinzugeben und für mindestens eine Stunde köcheln lassen, nicht kochen. Je länger die Suppe köchelt und zieht, desto intensiver wird ihr Geschmack.
4. Die Gemüsebrühe durch ein Küchensieb gießen und auffangen.
5. Die Brühe kann entweder haltbar gemacht oder sofort zur Weiterverarbeitung z.B. für Soßen genutzt werden.
6. Zur Haltbarmachung die heiße Brühe in heiß ausgespülte Einmachgläser füllen und sofort verschließen oder abkühlen lassen und in geeigneten Gefäßen einfrieren.