

Freiwillig: Ein Foto
von Dir/ euch als
Köchin/ Koch

[Bild 1]

Brühe ohne Mühe



Bild von den geretteten Zutaten

[Bild 2]

ZUTATEN

- 1,5 l Wasser
- 400 - 600 g gerettetes Gemüse (z. B. Zwiebeln, Lauch, Sellerie, etc.)
- Verschiedene Kräuter (z. B. Liebstöckel, Petersilie)
- 1 EL Rapsöl
- Salz nach Belieben
- Gewürze

ZUBEREITUNG

1. Gemüse säubern und in grobe Stücke schneiden. 1 EL Rapsöl in einem großen Topf erhitzen. Darin das Gemüse goldbraun dünsten. Wasser, Salz, Kräuter und Gewürze hinzugeben und ca. 40 Minuten bei niedriger Hitze köcheln lassen.
2. Die Brühe durch ein Sieb gießen und heiß in Vorratsgläser füllen.

Variation Brühpaste: Vorbereitetes Gemüse andünsten, 100 g Salz unterrühren und mit geschlossenem Deckel weich dünsten. Kräuter und Gewürze hinzugeben und fein pürieren. Die Brühpaste in Vorratsgläser füllen.

Bild von dem fertigen
Gericht

[Bild 3]

Schicke dein Rezept als Word- oder Office-Dokument und die Bilder 1-3 bitte separat als Datei (JPEG, JPG).

Achte dabei auf eine gute Qualität.

Bild 2 Quelle: Bildagentur PantherMedia / Ingrid Balabanova