

Rezept : Gemüsebrühe selber machen ohne Zusatzstoffe

Zutaten :

- 1 Bund Suppengrün 500 g oder was ihr mögt.
- 100 g Salz

Zubereitung :

Gemüse waschen, nach Bedarf schälen und grob würfeln.
Gemüse und Salz in eine Küchenmaschine geben. 60-120 Sekunden häckseln,
Oder sich die Mühe machen und alles selber schnippeln. Und das Salz unterrühren.
In saubere, am besten ausgekochte Schraubverschlussgläser füllen und im Kühlschrank aufbewahren.

Auch eine asiatischen Version mit Ingwer oder einer scharfen Version mit ganz viel Chili ist machbar.
Wichtig ist das Mischungsverhältnis von 1 Teil Salz auf 5 Teile Gemüse

Wie bei normaler Gemüsebrühe 1 TL Gemüsebrühe auf 250 ml Wasser verwenden.

Die Gemüsebrühe ist im Kühlschrank 3-4 Monate haltbar. Damit sie nicht schlecht wird zum Entnehmen immer einen sauberen Löffel verwenden.

Angemacht mit ein bisschen Öl kann man die Gemüsebrühe auch gut in Eiswürfelformen einfrieren, so hat man immer eine gute Portion womit man Braten kann.

Recipe: Make your own vegetable broth without additives

Ingredients :

- 1 bunch of soup greens 500 g or whatever you like.
- 100 g of salt

Aportion:

Wash the vegetables, peel and roughly dice as required.
Put the vegetables and salt in a food processor. Chop for 60-120 seconds,
Or take the trouble and snip everything yourself. And stir in the salt.
Fill into clean, preferably boiled, screw cap jars and store in the refrigerator.

An Asian version with ginger or a spicy version with lots of chili is also possible.
The mixing ratio of 1 part salt to 5 parts vegetables is important

As with normal vegetable broth, use 1 teaspoon vegetable broth in 250 ml of water.

The vegetable stock can be kept in the refrigerator for 3-4 months. So that it doesn't go bad.
Always use a clean spoon to remove it.

Prepared with a little oil, you can also freeze the vegetable broth in ice cube molds, so you always have a good portion with which to roast.