

## Instant Gemüsebrühe selber machen

VORBEREITEN

15  
Min.

ZUBEREITEN

25  
Min.

NIVEAU



### Zutaten für 4 Einmachgläser (0,25 l)

#### Für die Brühe

- 1 Knollensellerie
- 3 große Möhren
- 2 Stangen Lauch
- 4 rote Zwiebeln
- 6 Knoblauchzehen
- 1 Bund Petersilie
- 1 Bund Liebstöckl
- 1 Bund Schnittlauch
- 1 Kästchen Gartenkresse
- 150 g Salz

#### Besonderes Zubehör

- Hochleistungsmixer
- Dörrautomat
- Einmachgläser

Instant Gemüsebrühe, die du als Würfel oder Pulver aus dem Supermark-Regal kennst, lässt sich mit einem Hochleistungsmixer und einem Dörrautomaten auch ganz einfach selber machen. Du brauchst dafür lediglich ein paar frische Kräuter, knackiges Gemüse und – als natürliches Konservierungsmittel – eine ordentliche Portion Salz. Besonders lecker als Basis für deine Suppen

oder dein Risotto. Wie dir dein Risotto mit Sicherheit gelingt? Diese 9 Tipps helfen dir dabei.

Natürlich kannst du das Rezept auch ohne elektrischen Zerkleinerungshelfer ausprobieren, musst dafür aber etwas Zeit und Schnippel-Arbeit investieren.

Die Mühe lohnt sich! Etwa **1-2 Teelöffel** der selbstgemachten Instant Gemüsebrühe geben **500 ml Flüssigkeit** ein volles, würziges Aroma und kommen dabei **völlig ohne künstliche Geschmacksverstärker** aus. Zudem kannst du das Rezept beliebig abwandeln: zum Beispiel mit Chili, Ingwer und Koriander für eine asiatische Note. Oder italienische Kräuter und getrocknete Tomaten für eine mediterrane Variante.

Ein kleiner Tipp: Zutaten mit einem hohen Wasseranteil wie beispielsweise Tomaten sind für das Rezept weniger geeignet. Je wässriger die Konsistenz, desto anfälliger ist die hausgemachte Mischung für Keime und Schimmel.

Fertig abgefüllt in abgekochte Weck- oder Marmeladengläser hält sich die Instant Brühe **bis zu 12 Monate** (im Kühlschrank).

- 1 -

Einmachgläser etwa 10 Minuten abkochen und auf einem sauberen Geschirrtuch trocknen lassen.

- 2 -

Sellerie, Möhren und Zwiebeln schälen. Lauch gründlich waschen. Gemüse in grobe Stücke schneiden und Kräuter grob hacken. Knoblauchzehen schälen und mit Gemüse und Kräutern im Hochleistungsmixer etwa 2-3 Minuten fein häckseln. Alternativ das Gemüse in ca. 1 cm große Würfel schneiden.

## Instant Gemüsebrühe selber machen



- 3 -

Gehäckselte Mischung wiegen. Pro 100 g Gemüse etwa 12 g Salz untermischen und ca. 15 Minuten ziehen lassen. Anschließend Gemüse gleichmäßig auf den Dörrfolien des Dörrautomaten verteilen und bei 40 °C ca. 12 Stunden lang dörren. Im Anschluss nochmals im Hochleistungsmixer zu Pulver verarbeiten.



- 4 -

Im Anschluss die getrocknete Masse nochmals im Hochleistungsmixer zu Pulver verarbeiten. Die fertige Gemüsebrühe in Einmachgläser füllen.