

Rinderbrühe – Hühnerbrühe & Gemüsebrühe

Die Rinderbrühe (ca. 3 Liter)

Die Zutaten:

- 1,5 kg Rindfleisch und Knochen
- 3 l Wasser
- 1 Zwiebel
- 500g Staudensellerie und/ oder Sellerie
- 1 Stange Porree
- 2 - 3 Möhren
- 1 Lorbeerblatt
- 2 Stiele Petersilie
- 1 TL Liebstöckel (getrocknet)
- 1 TL Pfefferkörner

Die Zubereitung:

- Sellerie von der Schale und den restlichen Wurzeln befreien, klein schneiden.
Staudensellerie putzen, waschen und in kleine Stücke schneiden.
- Möhren schälen und in kleine Stücke schneiden.
- Fleisch und Knochen mit kaltem Wasser abwaschen.
- Die Zwiebel halbieren. Mit Schale in dem Suppentopf auf der Schnittseite braun anbraten.
- Fleisch und Gemüse hinzu geben und mit dem Wasser ablöschen.
- Gewürze und Kräuter zugeben. Auf kleiner Flamme ca. 2 Stunde köcheln lassen (Induktion 80°C).
- Im Dampfdrucktopf: Druck aufbauen, 45 Minuten unter Druck halten und dann einfach ausstellen. Warten bis sich der Druck im Schnellkochtopf von alleine abgebaut hat.
- Ab sieben und auskühlen lassen.



Die Hühnerbrühe (ca. 3 Liter)

Die Zutaten:

- 1 kg Hühnerklein
- 3 l Wasser
- 1 Zwiebel
- 500g Staudensellerie und/ oder Sellerie
- 1 - 2 Stangen Porree
- 2 - 3 Möhren
- 1 Lorbeerblatt
- 2 Stiele Petersilie
- 1 TL Liebstöckel (getrocknet)
- 1 TL Pfefferkörner
- nach Geschmack:
- 1 TL Koriandersamen

Die Zubereitung:

- Sellerie von der Schale und den restlichen Wurzeln befreien, klein schneiden.
Staudensellerie putzen, waschen und in kleine Stücke schneiden.
- Möhren schälen und in kleine Stücke schneiden.
- Hühnerklein mit kaltem Wasser abwaschen.
- Die Zwiebel halbieren. Mit Schale in dem Suppentopf auf der Schnittseite braun anbraten.
- Fleisch und Gemüse hinzu geben und mit dem Wasser ablöschen.
- Gewürze und Kräuter zugeben. Auf kleiner Flamme ca. 2 Stunde köcheln lassen (Induktion 80°C).
- Im Dampfdrucktopf: Druck aufbauen, 45 Minuten unter Druck halten und dann einfach ausstellen. Warten bis sich der Druck im Schnellkochtopf von alleine abgebaut hat.
- Ab sieben und auskühlen lassen.

Rinderbrühe – Hühnerbrühe & Gemüsebrühe

Die Gemüsebrühe (ca. 3 Liter)

Die Zutaten:

- 300g Weißkohl oder Wirsing
- 500g Sellerie und / oder Staudensellerie
- 2 - 4 Möhren
- 1 – 2 Stangen Porree
- 1 Paprikaschote
- 1 Zwiebel
- 3 L Wasser
- Ingwer
- 1 Lorbeerblatt
- 2 Stiele Petersilie
- 1 TL Liebstöckel (getrocknet)
- 1 TL Pfefferkörner

Die Zubereitung:

- Den Kohl klein schneiden, waschen und gut abtropfen lassen.
- Sellerie von der Schale und den restlichen Wurzeln befreien, klein schneiden.
Staudensellerie putzen, waschen und in kleine Stücke schneiden.
- Möhren schälen und in kleine Stücke schneiden.
- Die Paprikaschote gut abwaschen, entkernen und kleinschneiden.
- Ingwer schälen und grob hacken.
- Die Zwiebel halbieren. Mit Schale in dem Suppentopf auf der Schnittseite braun anbraten.
- Etwas Öl in den Topf geben und den Kohl (oder Wirsing) darin anbraten. (Ca. 3 Minuten - gut umrühren!)
- Möhren und Sellerie zugeben und für ca. 2 Minuten mit anbraten.
- Alles andere an Gemüse zugeben und mit dem Wasser ablöschen.
- Gewürze und Kräuter zugeben. Auf kleiner Flamme ca. 1 Stunde köcheln lassen (Induktion 80°C).
- Ab sieben und auskühlen lassen.



Tipps:

- Brühen koche ich immer ohne Salz. Das füge ich bei Suppen und Eintöpfen später zu.
Dadurch das die Brühe kein Salz enthält kann ich damit eine Sauce retten, wenn ich mal wieder zu verliebt war und zu tief in den Salztopf gegriffen habe.
- Die Brühe fülle ich in unterschiedlich großen Gläser ab. Somit kann ich nach Bedarf mal mehr und mal weniger nutzen, ohne noch Brühe übrig zu haben.
- Wenn man die Brühe mit Suppenfleisch oder einem Suppenhuhn kocht, dann kann man das Fleisch zum Beispiel als Suppeneinlage oder mit in Eintöpfen verwenden.
- Die Brühen sind mindestens 6 Monate haltbar. Somit lohnt es sich mehr zu kochen und diese dann in Gläsern mit Schraubdeckel haltbar zu machen.
- Man kann die Brühen auch einfrieren.
- Zum einwecken die Brühe sieben und kurz aufkochen lassen und dann in sterilisierte Gläser füllen.



Eine Alternative:
[selbst gemachter Gemüsewürzer!](#)

QR-Code scannen und Video schauen!

