



Kochen

Sabrina Dürr

Montag, 20.10.2025

Gemüsebrühe selber machen

Zutaten

700 g frisches, geputztes und ungeschältes Suppengemüse z.B.
280 g Karotten
180 g Sellerieknolle
100 g Petersilienwurzel
90 g Lauch
50 g Zwiebeln (geschält)
2 Handvoll frische Kräuter (z.B. 50 g Petersilie)
100 g Salz

Zubereitung:

1. Zwiebel schälen. Das restliche Suppengemüse putzen und ungeschält in grobe Stücke schneiden.
2. Petersilie waschen, abtropfen lassen und grob zerhacken (gerne mit den Stielen).
3. Gemüse und Kräuter mit dem Salz in einem Mixer zu einer feinen Paste zerkleinern.

Luftdicht verpackt (z.B. in Schraubdeckelgläsern) ist die Gemüsebrühe mindestens ein Jahr im Kühlschrank haltbar.

Dosierung für die Zubereitung von Gemüsebrühe: nach Geschmack ca. 2 gehäufte Esslöffel pro Liter Wasser.

Tipp: Kurz vor dem Verzehr der Gemüsebrühe bzw. Suppe noch etwas Pflanzenöl (z.B. Olivenöl oder Rapsöl) als Geschmacksträger und evtl. frisch gemahlene Pfeffer hinzufügen.