

LandFrauen Rezeptideen

Würzgemüse selbstgemacht

Das wird benötigt:

Karotten, Sellerieknollen (wenn möglich auch Selleriekraut), Petersilienwurzeln, Lauch, Zwiebeln, Liebstöckel, Salz: 20 g Salz auf 100 g Gemüse

Zubereitung:

Das Gemüse waschen, putzen und grob zerkleinern. In einem Multi-Zerkleinerer, Fleischwolf oder in einer Küchenmaschine zerkleinern.

Ich schneide gerne die Blätter von Sellerie, Liebstöckel, sowie Lauch und Zwiebeln mit dem Messer klein, da diese im Mixer viel Flüssigkeit gehen lassen.

Das Gemüse mit dem Salz gut durchmischen, dann in Schraubgläser füllen und gut festdrücken. Die Gläser im Kühlschrank lagern – mehrere Monate haltbar.

Das Würzgemüse kann man zum Würzen von Suppen, Gemüsen, Frikadellen und vieles mehr verwenden.

Hühnerbrühe selbst herstellen

Das wird benötigt:

1 Suppenhuhn, 1 Zwiebel, Suppengrün, Lorbeerblatt, Salz, Pfeffer, evtl. Ingwer, Knoblauchzehe, ein Zweig Thymian.

Zubereitung:

Die Zwiebel halbieren und mit der Schnittfläche in einem Topf anrösten. Das gewaschene Suppenhuhn dazugeben und mit Wasser auffüllen bis das Huhn bedeckt ist. Die anderen Zutaten dazu geben und das ganze mindestens 2 Stunden bei geringer Hitze sieden lassen.

Das Huhn aus der Brühe nehmen und die Brühe durch ein Sieb abgießen.

Grieß- oder Grünkernklößchen

Das wird benötigt:

200 ml Milch, 60 g Butter, 80 g Weizen-, Dinkel- oder Grünkerngrieß, Salz, Muskatnuss, 1 Ei,

Zubereitung:

Anstelle von Milch und Butter kann auch Wasser und Öl verwendet werden. Die Flüssigkeit mit dem Fett in einem Topf erhitzen, den Grieß dazugeben und rühren, bis ein Kloß entsteht. Dann das Ei und Gewürze mit einem Schneebesen unterrühren.

Mit einem Ess- oder Kaffeelöffel kleine Klößchen abstechen und in die heiße Brühe geben. Kurz ziehen lassen. **Guten Appetit !**