

Rezept

Fleischbrühe

Ein Rezept von Fleischbrühe, am 17.04.2024

Zutaten

250 g Fleischknochen vom Rind	500 g Rindfleisch zum Kochen (z. B. Brust, Schulter, Wade)
1 Möhre	1/4 Knollensellerie
1 Stange Lauch	1 Zwiebel
1-2 Zweige Liebstöckel nach Belieben	1/2 Bund Petersilie
1 TL schwarze Pfefferkörner	1 TL Wacholderbeeren
2 Gewürznelken	Salz

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 90 kcal

Zubereitung

1. Die Knochen und das Fleisch kurz kalt abspülen, in einen Topf legen. Möhre und Sellerie schälen, Lauch waschen und putzen, Zwiebel mit der Schale waschen. Gemüse und Zwiebel grob schneiden. Die Kräuter waschen.
2. Gemüse, Zwiebel, Gewürze und Kräuter zum Fleisch geben. Etwa 2 l kaltes Wasser dazugeben und zum Kochen bringen. Alles leicht salzen und bei halb aufgelegtem Deckel (Kochlöffel dazwischenklemmen) etwa 2 Std. leise köcheln lassen.
3. Die Brühe durch ein Sieb gießen und abschmecken. Wer sie entfetten will, lässt sie abkühlen und hebt das erstarrte Fett ab. Dann die Brühe wieder erhitzen.