

## Rezept

# Blitzbrühe aus Hackfleisch

Ein Rezept von Blitzbrühe aus Hackfleisch, am 28.06.2026

## Zutaten

**500 g** gemischtes Hackfleisch

**1** Lorbeerblatt

Salz

Pfeffer

**250 g** TK-Suppengemüse

**1 TL** Wacholderbeeren

3-4 Zweige Thymian oder Petersilie

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Zutaten für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 25 kcal

## Zubereitung

1. Das Hackfleisch mit Gemüse, Lorbeerblatt, Wacholderbeeren, 1 1/4 l Wasser und 1 TL Salz in einen großen Topf geben. Kräuterzweige waschen und dazugeben. Alles zum Kochen bringen und dann offen bei mittlerer Hitze etwa 15 Minuten köcheln lassen.
2. Die Brühe durch ein Sieb gießen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit einer Einlage servieren. Das Hackfleisch und das Gemüse anderweitig verwenden (z. B. für eine Pastasauce).