

Rezept

## Grundrezept Gemüsebrühe

Ein Rezept von Grundrezept Gemüsebrühe, am 09.06.2026

### Zutaten

2 Möhren	2 Petersilienwurzeln
3 Stangen Staudensellerie	2-3 Tomaten
1 gelbe Paprikaschote	150 g Knollensellerie
1/2 Stange Lauch	ca. 20 g frischer Ingwer
2-3 Stangen Zitronengras	1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen	1 EL Pfefferkörner
1 Lorbeerblatt	3-4 Gewürznelken
2 EL Meersalz	3 Stängel Liebstöckel

### Rezeptinfos

**Portionsgröße** ZUTATEN FÜR CA. 1 ½ L BRÜHE | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 60 kcal

### Zubereitung

1. Gemüse waschen, putzen, eventuell schälen und würfeln. Ingwer schälen und in Scheiben schneiden. Das Zitronengras zerquetschen und in Stücke schneiden. Die Zwiebel mit Schale halbieren, die Schnittfläche in einer Pfanne braun anrösten. Knoblauch schälen. Die Pfefferkörner im Mörser zerstoßen.
2. Gemüse, Ingwer, Zitronengras, Zwiebel, Knoblauch, Pfeffer, Lorbeerblatt, Nelken, Meersalz, Liebstöckel und ca. 2 ½ Liter Wasser in einem Topf aufkochen und zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 1 Std. köcheln lassen. Vom Herd nehmen und die Brühe ca. 15 Min. ziehen lassen.
3. Ein Sieb mit Mull auskleiden, die Brühe in einen anderen Topf passieren. Brühe in saubere Schraubgläser oder Gefrierboxen füllen. Die Gefäße gut verschließen, die Brühe kühl aufbewahren oder einfrieren. Im Kühlschrank hält sie sich 1-2 Wochen, im Tiefkühlfach 3-4 Monate.