

Rezept

Kräftige Ramen-Basisbrühe

Ein Rezept von Kräftige Ramen-Basisbrühe, am 28.06.2026

Zutaten

1 Zwiebel	1 Möhre
½ Stange Lauch	50 g Ingwer
1 Knoblauchzehe	350 g Schweinerippchen
1 kleiner Rindermarkknochen	4 Hähnchenflügel
1 getrockneter Shiitake	1 EL getrocknete Sardinen (Asienladen, ca. 5 g)
5 g getrocknete Kombu-Alge	Pfeffer
Salz	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Portionen (1,2 l) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 15 kcal, 1 g EW, 1 g KH

Zubereitung

1. Die Zwiebel waschen und mit Schale quer halbieren. Möhre und Lauch waschen und putzen. Den Ingwer waschen und in Scheiben schneiden, den Knoblauch schälen. Rippchen, Markknochen und Hähnchenflügel kalt abbrausen und trocken tupfen.
2. Einen großen Topf erhitzen. Die Zwiebel mit der Schnittstelle nach unten bei großer Hitze anbraten. Dabei die Zwiebelstücke mit einem Kochlöffel auf den Topfboden drücken, bis die Schnittstellen schwarz angebraten sind.
3. Alle restlichen Zutaten in den Topf zur Zwiebel geben und so viel Wasser dazugießen, dass die Zutaten davon bedeckt sind. Alles zum Kochen bringen und mit einer Schaumkelle abschäumen. Die Suppe ca. 4 Std. zugedeckt simmern lassen.
4. Danach die Brühe durch ein feines Sieb abgießen und dabei auffangen. Fleisch, Knochen und Gemüse entsorgen. So viel Wasser zur Brühe gießen, dass es insgesamt 1,2 l Brühe sind. Nach Belieben weiterverarbeiten.