

Rezept

Rinderbrühe selber machen

Ein Rezept von Rinderbrühe selber machen, am 09.06.2026

Zutaten

2 kg Rindermarkknochen	1 kg Suppenfleisch (Rindfleisch vom Bauch oder der Wade)
1 große Zwiebel	10 weiße Pfefferkörner
2 Lorbeerblätter	2-3 Gewürznelken, ca. 3 Stängel Liebstöckel
ca 1 EL Meersalz	2 große Möhren
1/2 Stange Lauch	150 g Knollensellerie
2-3 Stangen Staudensellerie	2-3 EL Sojasauce
Mulltuch zum Passieren	

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN FÜR CA. 2 L KRÄFTIGE RINDERBRÜHE | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min
Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 160 kcal

Zubereitung

1. Das Rindermark aus den Knochen drücken. (Die Knochen sollten Zimmertemperatur haben. Oder vom Metzger vorbereiten lassen.) Das Rindermark kalt stellen und zu Markklößchen verarbeiten.
2. Knochen und Suppenfleisch in kochendem Wasser ca. 1 Min. blanchieren, dann abgießen und unter kaltem Wasser abspülen. Knochen und Suppenfleisch in einen Topf geben und mit ca. 3 l kaltem Wasser auffüllen.
3. Die Zwiebel mit Schale halbieren und die Schnittflächen in einer Pfanne ohne Fett braun rösten. Die Pfefferkörner im Mörser zerstoßen.
4. Beides mit Lorbeerblättern, Nelken, Liebstöckel und Salz zur Brühe geben und alles bei mittlerer Hitze ca. 1 Std. köcheln lassen, dabei immer wieder den Schaum mit einer Kelle entfernen.
5. Inzwischen Möhren, Lauch, Knollen- und Staudensellerie putzen bzw. schälen, waschen und grob würfeln.
6. Das Gemüse zur Brühe in den Topf geben. Alles offen bei mittlerer Hitze ca. 2 Std. köcheln lassen.

7. Ein Sieb mit einem sauberen Tuch (z. B. Gaze, Mull oder Passiertuch) auslegen und über einen Topf hängen. Die Brühe mit einer Kelle nach und nach in einen anderen Topf passieren.
-
8. Die Brühe nochmals aufkochen und mit Sojasauce abschmecken. Das Suppenfleisch entweder als Suppeneinlage oder für einen Fleischsalat verwenden.