

Rezept

Sommer-Gemüsebrühe

Ein Rezept von Sommer-Gemüsebrühe, am 18.04.2026

Zutaten

3 Zwiebeln	1 Knoblauchzehe
2 Möhren	3 Stangen Staudensellerie
1 Stange Lauch	1 Knolle Fenchel
4 Tomaten	3 El Olivenöl
1/4 l Weißwein (nach Belieben)	3 Zweige Thymian
1/3 Bund Petersilie	6 Zweige Majoran (oder 1 TL getrockneter Majoran)
1 Lorbeerblatt	1/2 TL schwarze Pfefferkörner
Salz	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für ca. 1,5 l Brühe | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 20 kcal

Zubereitung

1. Zwiebeln, Knoblauch und Möhren schälen und getrennt grob würfeln. Sellerie waschen, putzen und in Scheiben schneiden, eventuell vorhandenes Grün beiseitelegen. Lauch längs halbieren, waschen, putzen und in schmale Streifen schneiden. Fenchel waschen, putzen und in Stücke schneiden. Tomaten waschen und achteln.
2. Das Öl in einem Suppentopf erhitzen, darin die Zwiebeln goldgelb andünsten. Alle Gemüse – bis auf Tomaten und Knoblauch – dazugeben und unter Rühren 2-3 Min. mitdünsten. Nach Belieben mit dem Wein oder derselben Menge Wasser ablöschen und die Flüssigkeit fast vollständig verkochen lassen. Kräuter waschen und mit Tomaten, Knoblauch, Lorbeer, Pfefferkörnern und eventuell Sellerieblättern unterrühren. 2 l Wasser dazugießen und langsam aufkochen. Alles zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 40 Min. köcheln lassen, dabei anfangs den aufsteigenden Schaum ab und zu abschöpfen. Die fertige Brühe leicht abkühlen lassen und durch ein mit einem Mulltuch ausgelegtes Sieb in einen zweiten Topf gießen. Nochmals bei mittlerer bis großer Hitze auf ca. 1,5 l einkochen lassen, erst dann salzen. Nach Belieben mit Nocken oder Gemüsestreifen als Einlage servieren.