



Klare Brühen

Wurzelbrühe

Menge	Zutaten	Zubereitung
2 Bund 1	Wurzelwerk Zwiebel	} waschen, putzen, grob schneiden → Gemüse andünsten → zugießen → abschmecken kochen ☐ 20 Min. ⇒ Gemüse abseihen, Suppe abschmecken
2 EL 1 l	Öl Wasser	
etwas	Salz, Pfeffer, (Ingwer)	
etwas	Gemüse-Brühpulver	

Fleischbrühe

Menge	Zutaten	Zubereitung
1 Bund 1	Wurzelwerk Zwiebel	} waschen, putzen, grob schneiden → Gemüse andünsten → zugießen → abschmecken kochen 1 1/2 - 2 Stunden im DDT: 35 Minuten
2 EL 1 l	Öl Wasser	
etwas evtl.	Salz, Pfeffer, (Ingwer) Wacholderbeeren	
300 g	Rindfleisch (Schulter, Brustspitz,..)	