

## Rinder-Brühe

### Für etwa 2 l:

2,5 l kaltes Wasser	1 kg Suppenfleisch	4 Rinderknochen
4 Möhren	0,5 Knolle Sellerie	1 Stange Lauch
2 Petersilienwurzeln	1 Pastinake	2 Zwiebeln
2 frische Lorbeerblätter	1 EL Wacholderbeeren	1 Sternanis
1 Stück Ingwer	1 TL Paprikapulver	1 TL Pfefferkörner
1 Bund Petersilie	Salz, Pfeffer	

Suppenfleisch und Knochen waschen und trocknen. Gemüse waschen, putzen und mit Schale zerteilen. Ingwer mit Schale in Scheiben schneiden.

Zwiebeln mit Schale halbieren und die Schnittflächen in einer Pfanne ohne Fett schwarz rösten. Die vorbereiteten Zutaten mit Lorbeer, Wacholderbeeren, Pfefferkörnern, Paprikapulver, Sternanis und Petersilie in einen Topf geben und das Wasser hinzufügen. Kräftig aufkochen, dann die Hitze auf die Hälfte reduzieren.

In den ersten 10 Minuten der Kochzeit die aufsteigenden Trübstoffe mit einer Schaumkelle entfernen und den Ansatz etwas salzen und pfeffern.

Die Hitze nochmals etwas reduzieren und den Topf verschließen. Die Brühe etwa 2 Stunden köcheln lassen, dann das Gemüse und das Fleisch entfernen und die Brühe durch ein feines Sieb gießen. Gegebenenfalls nochmals etwas einkochen. Das intensiviert den Geschmack.

### Tipps:

Frisches Gemüse kann man durch Gemüseabschnitte ergänzen oder ersetzen.

Für eine Gemüsebrühe das Fleisch weglassen und durch mehr Gemüse ersetzen.

Übrig gebliebene Brühe lässt sich gut einfrieren, am besten portionsweise.

Tarik Rose am 29. September 2024