

Suppen Paste Selbstgem.- Salzgehalt

Kategorien: Suppen, Küche, Gemüse

Zutaten für: 2 Rezepte

Anleitung:

Zutaten: Salzgehalt Bei Suppen Paste Alle bekannte Suppengemüse wie Lauch Karotte Sellerie Auch das gew. Selleriekraut Liebstöckel Petersilie und/oder und wurzel Wer Rucula mag auch Schnittlauch Auch Zwiebeln Knoblauch Muskatnus ger. Kurkuma (wegen der Farbe Und sonstige Gewürze Und was Ihnen noch so einfällt Salz im Verhältnis 3 Teile Gemüse zu 1 Teil Salz Evtl etwas Bauner Zucker

Quelle: Aus einer Rezeptsammlung von Konrad Heizmann

Zubereitung: Gemüse durch einen Fleischwolf mit Lochscheibe 2 durchdrehen. Gewürze und Salz hinzufügen, alles dann noch gut vermischen und sogleich in saubere Schraubgläser füllen und fest verschließen

Gemüse und Gewürze wie es Ihnen gefällt bzw. schmeckt. Bitte nicht übertreiben !

Es kann dann auch nicht schmecken! Sie müssen ja nicht gleich 50 Kg Paste machen.

Paste in saubere Gläser füllen und verschließen. Im Keller lagern. Angebrochene Gläser im Kühlschrank aufbewahren.

Ich verwende diese Würze auch für Bratkartoffeln, Kartoffelsalat, Gemüseintopf od. für Pasta u.a.

1 Esl.voll reicht für ca 1 L Wasser. 1oder2 Markknochen zuvor darin etwas kochen, oder das Mark zu vor vorsichtig ausdrücken (verletzungsgefahr) u.i. Scheiben schneiden u.wieder in die Suppe dann die Paste hinzu.

2. Rezept.....

Ps. Das geht auch im Dörrautoat :

Sellerie, Karotten, Petersilienwurzel entsafte ich. Der Trester/Saft) wird mit gewolftem Gemües vermischt und kommt in den Dörrautomat. Ich nehme 6 Teile Kräuter und Suppengemüse und dazu einen Teil Salz. Das ist seit Jahren erprobt.

Das vertige trokene Pulver mit sammt den Gewürzen wir in einem 5Liter-Eimer mit Deckel aufbewahrt, und ist immer Top.

Guten Apetitt Konrad !

Quelle: