

## 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 Passte 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:

## Suppenstreuwürze Selbst Gemacht Trocken

Kategorien: Suppen, Eigen

Zutaten für: 1 Rezept

1	kg	Lauch
1	kg	Möhren
		Maggikraut
1	kg	Sellerie auch das Selleriekraut
1	kg	Zwiebeln
		Petersilie
		Liebstöckel
		Schnittlauch
		(evtl. Tomaten
		Peperoni
5	Zehen	Knoblauch
		Andere Kräuter nach Belieben)
		Meersalz, Pfeffer gem., Curcuma, Lorbeerbl. etw.
		Ingwer, frisch ger. oder Pulver, einige ganzen
		Wacholderbeeren, einige Korianderbeeren, Muskatnus
		Ger. Zerkleinern und oder mixen.

### Anleitung:

Alles durch den Fleischwolf Lochseibe Nr.2 in eine Schüssel oder Topf durchmahlen. Mit den Gewürzen und Salz im Verhältnis 3 Teile Gemüse 1 Teil Salz gut vermischen.

Nach dem wölfen alles gut vermischen und auf mehrere mit Backpapier belegtes Backblech streichen und im Backofen bei 50 - 75° über Nacht trocknen lassen evtl. mit leicht geöffneter Tür, damit die Feuchtigkeit entweichen kann. Wenn alles gut durchgetrocknet ist, nun alles nochmals im Mixer fein mahlen und in Gläser füllen. (1 Teelöffel Pulver genügt für 1 Tasse Suppe)

z.B. Haben Sie Rindermark das geschnitten in Scheiben in die Suppe legen. Leker, Lecker !

Lassen Sie die Suppe nach Eingabe der Würze bevor sie aufgetischt wird immer ein Paar Min. ziehen, n. kochen.

Jetzt benötigen Sie keine Suppenbrühwürfel mehr, das reicht und Sie wissen was da drinne ist. Machen Sie zuerst einmal nicht mehr wie die Angaben im Rezept um zu Testen.

Verbesserung jederzeit möglich ! Geheimnis pur !

### Quelle:

Aus einer Rezeptsammlung von Konrad Heizmann

## Suppenstreuwürze Trocken Selbstgemacht

Kategorien: Suppen, Küche, Gewürze

Zutaten für: 1 Rezept

2	Teel.	Salz
4	Teel.	Sellerieblätter getrocknet
4	Teel.	Petersilienblätter getrocknet
4	Teel.	Liebstockel getrocknet
4	Teel.	Knoblauch getrocknet
4	Teel.	Senfkörner getrocknet
4	Teel.	Speisestärke
8	Stücke	Haselnußkerne

### Anleitung:

Suppenstreuwürze: 1 Im einer elektrischen Mühle alle Gewürze und Zutaten zusammen fein bis zur Pulverkörnung mahlen. In einem geeigneten Nachfüll-Streubehälter trocken aufbewahrbar bis zur Verwendung in der Küche.

Einsatz: 2 Für Suppen und Eintöpfe, Obatzter und Salate, als Croutonwürze (Brotwürfel,

### Quelle:

Aus einer Rezeptsammlung von Konrad Heizmann

# Suppenwürze

Kategorien: Suppe, Küche

Zutaten für: 1 Rezept

Lauch  
Sellerie  
Karotten  
Liebstöckel  
Petersilie  
Knoblauch  
Evtl. etw Brauner Zucker

## Anleitung:

Wenn Du die Suppenwürze im Kühlschrank aufheben willst, mußt Du Gemüse und Salz etwa im Verhältnis 1:1 verwenden. Du bekommst sonst Gärung oder Schimmel hinein, denn das Salz dient als Konservierungsmittel.

Ohne oder mit weniger Salz kannst Du den Gemüsebrei im Eiswürfelbereiter portionsweise einfrieren.

Da ich aber die Suppe oder was auch immer auch salzen muß, finde ich das Einsalzen gar nicht schlimm. Auf einen Liter Wasser brauche ich ungefähr einen Eßlöffel Mariahilf (so heißt das bei meiner österreichgebürtigen Freundin Dorli), das ist nicht sehr salzig...

## Quelle:

Aus einer Rezeptsammlung von Konrad Heizmann