

Würziger Gemüsfond

Angaben für 1 Liter

2 l	Wasser
50g	Rapskernöl
200g	Zwiebeln
100g	Karotten mit Grün
200g	Lauch
50g	Sellerie
50g	Fenchelknollen
50g	Tomate
10 zerdrückte	Pfefferkörner
1TI zerdrückte	Senfkörner
2 Stück	Lorbeerblatt
5 zerdrückte	Wacholderbeeren
20g	Salz
Pilzabschnitte	oder Trockenpilze
5g	Petersilie

Das Wurzelgemüse in Öl kurz anrösten, dann die Zwiebeln dazugeben und kurz mitrösten. Mit kaltem Wasser aufgießen. Die Tomate in den Fond drücken. Aufkochen. Die Gewürze, Fenchel, Petersilie und Karottengrün dazugeben und ca.45 min langsam kochen. Abschmecken, passieren. Dieser Fond ist die Basis für verschiedene Gemüsesuppen, Gemüsespeisen und Getreidebeilagen.