



Kräftige vegane Gemüsebrühe

🕒 Preparation time: 45 minutes

👤 Portions: 6

Cooking time: 0 minutes

Total time: 45 minutes

Zutaten für ca. 1,5 Liter Brühe

- 1-2 EL Pflanzenöl
- 1 Zwiebel
- 3 Scheiben Knollensellerie | ca. 150 g
- 1-2 Petersilienwurzeln | ca. 150-200 g
- 3 mittelgroße Karotten
- 1/2 Stange Lauch | ca. 150 g
- Eine halbe rote Paprika
- Ein Bund frische Petersilie
- Ein Schuss Weißwein | nur wer möchte, kann auch weggelassen werden
- 2-3 Lorbeerblätter
- 4 Wacholderbeeren | leicht angedrückt
- 3 Pimentkörner
- 1 EL Agavendicksaft
- 2 EL Sojasoße
- Salz & Pfeffer

Tipp: Damit frische, geerntete Küchenkräuter, wie etwa Petersilie auch lange Zeit frisch bleiben, wickle ich diese in feuchte saubere Küchenhandtücher und bewahre sie im Kühlschrank auf. Das hält Petersilie ebenso lange frisch und knackig wie Minze, Basilikum, Koriander oder Ruccola.

Zubereitung (ca. 40-45 Minuten)

1. 2-3 Scheiben Sellerie "entrinden" und in kleine Stücke schneiden, Petersilienwurzel gut abscrubben und in Stücke schneiden und ebenso den Lauch waschen und in Ringe bzw. größere Stücke schneiden. Bei Karotten und roter Paprika die Stückgröße so wählen, wie man sie später eventuell auch als Suppeneinlage nutzen möchte.
2. 1-2 EL Pflanzenöl in einem großem Topf erhitzen. Die Zwiebel schälen und in der Mitte durchschneiden. Die Zwiebel auf den Schnittflächen anrösten, bis diese braun, aber nicht verbrannt sind. Tipp: Einen Teil der Zwiebelschale aufheben und mit kochen. Das gibt der Gemüsebrühe zusätzlich eine schöne Farbe.
3. Sellerie, Karotten, Paprika, Petersilienwurzel und Lauch ebenfalls hinzu geben und kurz mit anrösten. Etwas Agavendicksaft hinzugeben und karamellisieren lassen. Zuerst mit zwei EL Sojasoße ablöschen, dann mit einem Schuss Weißwein. Wer den Wein weg lassen möchte: kein Problem, dann gleich mit ca. 1,75 Liter Wasser aufgiessen. Sonst: Ein Schuss Wein hinzu, kurz den Alkohol verdampfen lassen und dann das Wasser hinzugeben.
4. Nun alle restlichen Zutaten der Suppe beigegeben: Petersilie, Piment, Wacholderkörner, Zwiebelschale und Lorbeerblätter. Die Suppe stark aufkochen, dann Hitze reduzieren und ca. 20-25 Minuten vor sich hin köcheln lassen.
5. Zum Schluss die gesamte Brühe durch ein Sieb in einen neuen Topf giessen. Die Brühe mit etwas Salz und bei Bedarf Sojasoße abschmecken.