

Gemüse-Pulver / -Paste selbstgemacht

Zutaten:

Gemüse in Stücke oder Ringli geschnitten von je 100-150g von	Rüebli, Lauch, Fenchel, Knollensellerie, Tomaten, Peperoni, Stangensellerie (keine Kohlgemüse, Bohnen) Es dürfen auch saubere, frische Rüstabfälle, -strunks sein
50 g Pastinake /Petersilienwurzel	waschen in Stücke geschnitten
2 Zwiebeln/ Schalotten/ Frühlingszwiebel 2 Knoblauch	schälen, in Ringli schälen, in Scheiben
1-2 Tomaten	in Scheiben geschnitten (ohne Ansatz)
50 g Petersilie mit Stiel 4-6 Stängel Maggikraut 130g Thymian	gewaschen, abgetropft, grob geschnitten gewaschen, abgetropft, grob geschnitten gewaschen, abgetropft, grob geschnitten
1 kleines Lorbeerblatt, 5-6 getrocknete Steinpilze/ Waldpilze ev. 1 kleines Stück getrockneter Chili,	grob gehackt grob gehackt grob gehackt

Gemüse wägen und 200g Salz auf 1 kg Gemüse

Zubereitung Gemüsepaste und Gemüsepulver:

Gemüse und Gewürze im Cutter oder in einem leistungsfähigen Mixer zerkleinern, bis eine feinkörnige, feuchte Masse entsteht. Das Salz zugeben und nochmals cuttern bzw. mixen.

Paste: Gläser 10 min. im Backofen erhitzen und desinfizieren bei 180°C. - einfüllen und gut verschliessen.
Geöffnete Gläser im Kühlschrank aufbewahren- immer mit sauberem Löffel Paste herausnehmen.

Pulver: Die Masse auf ein mit Backtrennpapier belegtem Blech ausstreichen und im Backofen, Heissluft, bei 130°-150° Grad, trocknen lassen. Damit die Feuchtigkeit entweichen kann, eine Holzkeile in der Backofentüre einklemmen.

Die trockene Masse kurz auskühlen lassen und vom Backtrennpapier lösen. Zwischen den Fingern oder mit Hilfe eines Mörsers/ Cutters zu Pulver zerreiben.

In desinfizierte, saubere Gläser abfüllen.

Tipp: Gemüseresten vorgängig sammeln und einfrieren



Gemüsepaste als Saucengrundlage verwenden:
Kurz andämpfen, Tomaten zugeben, ...etc. oder
beim Gemüse dämpfen zugeben.

