

Wir essen um zu leben - Rezepte

Suppengewürz

Alle Gemüseabschnitte und -schalen sauber waschen, in kleine, dünne Stücke schneiden und trocknen

GNM-Paket

Im Backrohr bei ca. 50 Grad oder im Sommer an der Luft

In einer Küchenmaschine mittelfein mahlen und mit ca. einem Drittel Salz (von der gesamten Menge gerechnet) vermischen

GNM-Paket

eventuell noch verschiedene Gewürze , die vorhanden sind beifügen, z.B. Liebstöckel, Petersilie, Schnittlauch, ..

Oder Wildkräuter wie Gundermann, Vogelmiere, Dost,...

Für einige Suppen in diesem Monat

