

Gemüse-Würzsalz

Zutaten:

- Ca. 200 g Salz
- 200 g Karotten
- 200 g gelbe Rüben
- 200 g Lauch
- 250 g Sellerie
- 250 g Petersilienwurzel oder Pastinake
- 150 g Tomaten
- 150 g Zwiebeln
- 100 g Kräuter (Liebstöckl, Petersilgrün, Lorbeer)



Zubereitung:

- Das gewaschene Gemüse grob zerteilen und durch den Fleischwolf drehen (oder fein reiben und hacken), mit dem Salz gut vermischen und in saubere Gläser füllen.
- Mit diesem Gewürz kann man viele pikante Speisen abschmecken: Suppen, Reis, Saucen, Bolognaise, ...
- Gekühlt hält sich das Würzsalz bis zu einem Jahr
- Das Gemüse-Würzsalz ist eine sehr gesunde Alternative zu herkömmlichen Suppengewürzen, da es weder Geschmacksverstärker noch sonstige chemische Zusatzstoffe enthält.
- Für 1 kg Gemüse rechnet man 100 bis 200 g Salz

Dieses Rezept stammt aus dem Workshop „Regionales Obst und Gemüse haltbar machen“ der Seminarbäuerin Mag. Viktoria Lehner.