# Schmackhaften Gemüsefond selber ansetzen!

## Zutaten für ca. 1 Liter Fond:

2 Zwiebel
2 Esslöffel Olivenöl
1 Knolle Fenchel
3 Karotten (geschält)
3 Stangen Staudensellerie
1 Stange Lauch
(in Stücke geschnitten)
100 g Champignons (geputzt)
1 Zweig Thymian
1 Lorbeerblatt
1 Bund Petersilie
Salz & schwarzer Pfefferkörner
2 Gewürznelken
1,5 Liter Wasser
200 ml Weißwein (trocken)



## Zubereitung:

Die Zwiebel mit Schale klein schneiden und in heißem Olivenöl glasig braten. Fenchel, Karotten und Staudensellerie grob zerkleinern, zu den Zwiebeln geben und kurz mit anschwitzen.

Dann das restliche Gemüse, die Kräuter, Salz, Pfefferkörner und Gewürznelken hinzufügen, ebenfalls mit anschwitzen. Wenn alles schön angebraten ist, mit dem Weißwein ablöschen und anschließend mit kaltem Wasser auffüllen bis das Gemüse vollständig bedeckt ist.

Kurz aufkochen lassen, dann etwa 15 Minuten bei schwacher Hitzezufuhr köcheln lassen. Vorsichtig mit Salz abschmecken. Den Fond vom Herd nehmen und abkühlen lassen. Danach durch ein feines, mit Küchenpapier oder sauberem Tuch ausgelegtem Haarsieb abseien.

## Mein Tipp:

Gemüsefond kann gut auf Vorrat gekocht (also wenn möglich die Mengenangabe erhöhen) werden und hält sich im Kühlschrank bis zu einer Woche.
Man kann den Fond auch portionsweise (in Beuteln, nicht im Glas) eingefrieren, Haltbarkeit hier ca. 6-8 Wochen.
Der Gemüsefond findet in fast allen Gerichten in der Küche Verwendung, hauptsächlich wenn man Vegetarisch oder Vegan kocht, aber auch für „Normales" Essen und in der Saucen Zubereitung kann er genutzt werden.