



# Mein persönliches Back- und Kochbuch

Kochen und Backen Kinderleicht gemacht!



## Rinderfond für Grundsaucen u.v.m...

### Zutaten:

2-4 Stück Rinderfleischknochen  
(z.B. Brust- oder Schwanzknochen)

2 Mittelgroße Zwiebeln

2 Zehen Knoblauch

1-2 Stangen Lauch

1 Bund frische Petersilie

3-4 Karotten

1 kleine Knolle Sellerie

2-3 Esslöffel Tomatenmark

1 Esslöffel Wachholderbeeren

1 Teelöffel ganzer Pfeffer

1-2 Lorbeerblätter



Etwas Zwiebel- oder Griebenschmalz zum Anbraten der Knochen

### Zubereitung:

Großer Topf oder Bräter mit Zwiebel- oder Griebenschmalz erhitzen, dann die Knochenmasse dazu geben und kross anbraten. Wenn die Knochen ziemlich kross angebraten sind, das Tomatenmark hinzugeben und gut mit den Knochen verrühren. Dann ca. 2 Liter Wasser zugeben und aufkochen lassen. Nun das vorher klein geschnittene Gemüse und die Gewürze dazu geben und für 15 Minuten kochen lassen.

**Tipp:** *Zwiebeln mit Schalen vierteln und komplett mitkochen.*

Nun gießen wir noch so viel Wasser hinzu das der Topf oder Bräter fast voll ist, lassen das Ganze einmal aufkochen und reduzieren dann die Hitzezufuhr das der Sud für 2 Stunden vor sich hin köcheln kann.

Das Ganze zum Schluss durch einen Sieb abgießen. Der Sud findet für fast alles verwenden wie z.B.: Ablöschen eines Braten um daraus eine Sauce zu gewinnen, für Suppen und Eintöpfe u.v.m.

