



## SUPPENWÜRZE

### Zutaten: (für ca. 7 Gläser á 200 g)

300 g Karotten, 300 g Sellerie, 300 g Petersilienwurzel mit Petersiliengrün,  
300 g Lauch, 300 g Zwiebeln, 300 g Tomaten, 1 Zweig Liebstöckel pro kg  
Gemüse, 300 g Salz,

### Zubereitung:

- Karotten, Sellerie, Lauch, Petersilienwurzel, Zwiebeln, Tomaten waschen und putzen;
- durch den Fleischwolf drehen und mit dem zerkleinerten Liebstöckel und Salz gut vermischen
- in kleine Gläser füllen, Rand säubern und mit Twist-off-Deckel verschließen

Tipp: Anstatt Suppenwürfel zu kaufen, kann man diese selbstgemachte Suppenwürze verwenden. Schmeckt wunderbar und ist glutenfrei!

