

Meine Gemüsesülze

© horst-ries.de

Wie alle guten Sachen macht diese Sülze einige Arbeit – vor allem im Vorbereiten des Gemüses.



Zutaten

Für den Sud

- 500 ml Liter Gemüsebrühe (evtl. Instandpulver)
- 1 TL Fenchelsamen
- Agar-Agar (3 Tütchen „Ruf Agartine“)

Gemüseeinlage

- 100 g kleine Möhren, in Scheibchen
- 100 g Lauch, in halbe dünne Scheibchen schneiden
- 100 g rote Paprikaschote, quer in schmale Steifen
- 100 g TK-Erbesen
- 100 g Zucchini, gewürfelt
- 50 g Knollensellerie, dünn gestiftet
- 50g g Kohlrabi, dünn gestiftet
- 2 feste Tomaten halbieren, in schmale Streifen (Kerne entfernen)
- 3 weiße Champignons, in Scheibchen
- 3 kleine Gewürzgürkchen in Scheiben
- 10 Basilikumblättchen, grob gehackt
- 2 TL Senfkörner
- Schnittlauch in Röllchen

Gewürze

- Salz und Pfeffer
- weißer Balsamico
- ½ TL Zucker

Zubereitung

Zuerst das Gemüse nach Anweisung vorbereiten – dann den Fond.

Das Gemüse nacheinander in kochendem Salzwasser bissfest kochen (2-3min). Mit dem Schaumlöffel herausholen, abschrecken und abtropfen lassen. Erbsen in Salzwasser 1 Minute kochen, ebenfalls abschrecken und abtropfen lassen, Basilikum und Schnittlauch nur kurz abbrühen,

Einen Stängel Basilikum mit der Fenchelsaat in der Gemüsebrühe zum Kochen bringen, 15 Minuten ziehen lassen. Durch ein Sieb seihen, die Senfkörner zugeben und den Gemüsefond kräftig mit Essig, Salz, Pfeffer und etwas Zucker würzen.

Wie bei allen Sülzen – der Ansatz muss zu salzig und zu sauer sein! Sonst schmeckt die Sülze nach dem Erstarren fad. In Rezepten, wo das nicht erwähnt wird, ist zu vermuten, dass das Rezept nur am Schreibtisch entstanden ist.

Agar-Agar nach Anweisung im Fond auflösen – bei sauren Zubereitungen, wie Sülze, die doppelte Menge Agar-Agar wie für süße Anwendungen nehmen. 2 min kochen! Beides ist wichtig, sonst geliert Agar-Agar nicht.

Nun das Gemüse und Gewürzgurke in den heißen Fond geben und etwas abkühlen lassen. Wenn die Masse beginnt dicklich zu werden, in Formen schöpfen und für 6 Stunden in den Kühlschrank.



Zum Auftragen die Form kurz in heißes Wasser halten, dann lässt sich die Sülze stürzen und aufschneiden.

Tipp für Nonvegetarier: Nimmt man für den Fond statt Gemüsebrühe und Agar-Agar den gewürzten Sud von ausgekochten Schweinsfüßen oder Kalbsfuß, gewinnt die Sülze ungemein.

*