

HIER KOCHT DER CHEF

# BOUILLON (1)

Erst durch die Frage eines Lesers habe ich gemerkt, dass ich noch nie über Bouillons geschrieben habe. Das will ich heute schleunigst nachholen, denn die Bouillon ist die Mutter der Kochkunst. Bereits die alten Jäger und Sammler hatten wohl einen Kessel über dem Feuer, in dem eine Bouillon von Bärenfleisch oder Auerhahn brodelte. Bouillons gibts aus vielen Zutaten: Rind, Fisch, Geflügel oder Pilzen. Ich beschränke mich auf die zwei wichtigsten: die Rindsbouillon und die Gemüsebouillon (diese folgt in zwei Wochen). Beide Zubereitungen sind sehr einfach und beanspruchen ausserordentlich wenig Arbeitszeit, nur etwas Planung. Um Sie zu einem Versuch zu ermuntern, ändere ich für einmal die Vorgehensweise und beginne mit den allernötigsten Zutaten und der simpelsten Zubereitung. Anschliessend bauen wir diese Instant-Variante Schritt für Schritt aus.

## INSTANT-VARIANTE, ETWA 1 LITER

**Zutaten:** 100 g Rüebli, 50 g Sellerie, und 200 g Zwiebeln gewaschen und fein gewürfelt.

1 kg fein gehacktes, sehr mageres Rindfleisch (noch besser ist Kuhfleisch), 2 Lorbeerblätter, 2 Nelken, 4 Markbeine.

**Zubereitung:** Alle Zutaten in einen Kochtopf geben, mit kaltem Wasser bedecken und kräftig verrühren.

Langsam erhitzen und dabei ab und zu rühren. Kurz vor dem Siedepunkt die Hitze etwas reduzieren, damit die Bouillon nicht überkocht. Ab diesem Zeitpunkt nicht mehr rühren, sonst wird die Bouillon trüb.

Eine Stunde ziehen lassen, durch ein Küchentuch giessen, nochmals aufkochen, salzen und pfeffern. Das Mark aus den Knochen lösen und in die Suppe geben.

## HERZHAFT VARIANTE, ETWA 1,5 LITER

**Zutaten:** 2 kg Ochsenschwanzragout in höchstens 1 cm dicken Scheiben. Der Metzger wird bei der Bestellung ein bisschen murren, weil das Arbeit gibt, aber lassen Sie sich davon nicht beirren. Dazu kommen Gemüse und Gewürze wie bei der Instant-Variante.

**Zubereitung:** Die Zutaten grosszügig mit kaltem Wasser bedecken, einmal aufkochen, die Hitze reduzieren und drei bis vier Stunden knapp unter dem Siedepunkt ziehen lassen. Die Zutaten müssen immer vollständig von Wasser bedeckt sein, deshalb nach Bedarf nachgiessen. Die Bouillon durch ein Küchentuch passieren, salzen und pfeffern. Den Ochsenschwanz auskühlen lassen. Das Fleisch von den Knochen lösen, vom Fett befreien und in kleine Würfel schneiden. Man kann es entweder als köstliche Bouilloneinlage servieren oder für ein Pasta-Gericht oder eine Crêpe-Füllung beiseitestellen.

## SPARSAME, TRADITIONELLE VARIANTE, ETWA 1 LITER

**Zutaten:** 2 kg fein gehackte Rindsknochen, 500 g Rindfleischabfälle und Sehnen, gewaschene Schalen von 100 g Rüebli und 50 g Sellerie, 1 gehackte Zwiebel, 2 Lorbeerblätter, 2 Nelken.

**Zubereitung:** Die Knochen, wie schon beschrieben, ansetzen und vier Stunden ziehen lassen. Das Wasser nur am Anfang nachfüllen, gegen Ende der Kochzeit bis auf etwa 1 Liter einkochen lassen. Durch ein Küchentuch passieren. Die geschälten Rüebli, Sellerie und 100 g Lauch klein schneiden, in der Bouillon weich kochen und als Einlage servieren.

## TIPPS

Die Bouillon kalt und ohne Salz ansetzen, so lösen sich die Geschmacksstoffe besser im Wasser. Nach dem ersten Aufkochen nicht mehr kochen lassen, denn das köstliche Aroma verflüchtigt sich mit dem Dampf. Mit einem Schöpflöffel ab und zu abschäumen, so bleibt die Flüssigkeit klar. Fertigbouillonwürfel machen den Geschmack jeder frischen Bouillon kaputt. Hingegen kann man Liebig-Fleischextrakt in kleinen Mengen zur Geschmacksintensivierung verwenden, da es sich dabei um reinen, ungewürzten Rindfleischextrakt handelt.

In zwei Wochen gibts für die angefressenen Hobbyköche unsere Bouillon nochmals. Und zwar setzen wir sie wieder mit Rindfleisch an und erleben das mystische Entstehen einer wasserklaren Consommé. Für Gemüseliebhaber gibts die versprochene Gemüsebouillon.

*Peter Brunner, Restaurant Kaiser's Reblaub.*  
Anregungen, Kritik und Fragen  
werden per E-Mail entgegengenommen:  
[peter.brunner@kaisers-reblaub.ch](mailto:peter.brunner@kaisers-reblaub.ch)