

Heller Fond aus Schweinepfoten Suppengemüse und



Schweinefond

Das Köcheln der Schweinepfoten mit dem Suppengemüse ergibt einen wunderbaren Schweinefond, also eine Brühe. Nach dem Erkalten kann man noch das wenige Fleisch aus den Schweinepfoten herauspuhlen und die Markknochen aussaugen. Eine richtige Zubereitung der Schweinepfoten erschließt sich mir aber nicht, da mir die Haut und die restlichen Teile nicht geeignet erscheinen für ein besonderes Rezept.

Zutaten:

- 4 Schweinepfoten
- 1 $\frac{1}{2}$ Bund Suppengemüse (Knollensellerie, Wurzeln, Lauch, Petersilie)
- 1 Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 2 frische Lorbeerblätter
- 2 $\frac{1}{2}$ TL Meersalz

Zubereitungszeit: 2 $\frac{1}{2}$ Stdn.



Vier frische Schweinepfoten

Die Schweinepfoten beim Schlachter längs durchsägen lassen. Das Suppengrün kleinschneiden. Die Zwiebel und die Knoblauchzehen können ungeschält und ganz bleiben.

In einem Bräter Wasser aufsetzen und erhitzen. Die Schweinepfoten, das Gemüse und die Lorbeerblätter hineingeben. Salzen. Etwa 2 $\frac{1}{2}$ Stunden zugedeckt bei geringer Hitze köcheln lassen.

Die Schweinepfoten danach herausnehmen und die Brühe durch ein

Sieb gießen. Das Gemüse wegwerfen. Bei den Schweinepfoten kann man das wenige Fleisch und Knochenmark herauspuhlen. Das Köcheln liefert etwa 2 l leckeren Schweinefond, der beim Abkühlen geliert, aber portionsweise eingefroren werden kann für die weitere Verwendung für Suppen oder Saucen.