

Zutaten

FÜR 4 PERSONEN

- 1 große Zwiebel
- 2 mittelgroße Karotten
- 1 kleine Zucchini
- 2 Selleriestangen
- 2 mittelgroße Kartoffeln
- 2 EL Rapsöl
- 0,5 l Tomaten passiert
- ca. 1 l Gemüsesuppe
- 1 TL Oregano, getrocknet
- 1 Lorbeerblatt
- Jodiertes Salz
- 250 g gekochte Bohnen (z. B. eine mittlere Dose weiße Bohnen, abgetropft)
- 1 Handvoll Nudeln (z. B. Hörnchen)
- 1 Handvoll Basilikum, frisch, fein gehackt
- 30 g würziger Hartkäse zum Bestreuen

Zubereitung

1. Zwiebel schälen, Karotten, Zucchini und Selleriestangen waschen und alles klein würfeln. Erdäpfel schälen und ebenfalls klein würfeln.
2. Rapsöl in einem großen Suppentopf erhitzen und Zwiebeln hineingeben. Glasig dünsten. Dann Karotten, Sellerie und Kartoffeln hinzufügen und alles für 5 Minuten weiterbraten.
3. Passierte Tomaten und Gemüsesuppe in den Topf geben und mit Oregano, Lorbeerblatt und etwas Salz würzen. Alles zum Kochen bringen und zugedeckt etwa 15 Minuten kochen lassen.
4. Nach der ersten Kochzeit die Zucchiniwürfel und die Bohnen dazugeben. Die Suppe für weitere 10 Minuten kochen lassen.
5. Danach die Nudeln hinzugeben und so lange kochen, bis alles weich ist.
6. Frisches Basilikum waschen, trockenschleudern und klein hacken. Käse reiben.
7. Suppe mit Basilikum und Käse bestreuen und mit einem guten Stück Brot servieren.

Minestrone – eine Suppe zum Sattessen und mit Urlaubsfeeling

