

Heldenbohne-Minestrone



10 Portionen



50 Minuten



So geht's

Zwiebel, Möhren, Sellerie und Kartoffeln schälen. Zwiebeln fein hacken. Möhren, Sellerie und Kartoffeln in ca. 1 cm kleine Stücke schneiden.

Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebel, Möhren und Sellerie 5 Min. unter Wenden anbraten. Kartoffeln, Tomaten, Tomatenmark und Linsen zugeben, mit Gemüsebrühe auffüllen und etwa 20 Minuten köcheln lassen.

Erbsen, Nudeln und Oregano zugeben und weitere 10 Minuten garen. Am Schluss mit Salz abschmecken.

Die Suppe nach Belieben mit Basilikum bestreut servieren. Dazu schmecken Baguette oder Ciabattabrötchen.

Zutaten

100 ml Olivenöl
175 g Zwiebel
625 g Möhren
375 g Knollensellerie
400 g Kartoffeln
1250 g passierte Tomaten (Konserve)
50 g Tomatenmark
125 g grüne Linsen
ca. 2,5 Liter Gemüsebrühe
200 g Erbsen (TK)
250 g kleine Nudeln, z.B. Hörnli
2,5 g getr. Oregano
Jodsalz
Basilikum
Baguette oder Pizzabrötchen

Tipp:

Alternativ Pasta separat bissfest kochen und erst kurz vor der Ausgabe in die Suppe geben.

Initiator:innen

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Landwirtschaft, Ernährung
und Heimat

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages