

Minestrone

(laktosefrei)

Zutaten:

300 g grüne Bohnen
1 Stange Porree
2 Stangen Sellerie
250 g Möhren
1 Zwiebel
3 Knoblauchzehen
2 Zucchini
1 Dose weiße Bohnen
2 kleine Dosen Pizzatomaten
120 g Suppennudeln
1,5 l Fleischbrühe
3 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer, Rosmarin

Zubereitung:

- Gemüse in kleine Stücke bzw. Ringe schneiden.
- Zwiebel und Knoblauch fein hacken.
- Beides im Öl glasig dünsten.
- Sellerie, Porree und Möhren etwa 5 Minuten mitdünsten.
- Mit der Brühe ablöschen.
- Bohnen und Pizzatomaten zugeben.
- Etwa 15 Minuten köcheln lassen.
- Nudeln, Zucchini und Bohnen untermengen.
- Mit den Gewürzen abschmecken.
- Noch einmal 10 Minuten köcheln lassen.
- Minestrone heiß servieren.