

Minestrone, ital. Art

Zutaten und Zubereitung für 4 Personen:

| | |
|-------------------------------------|---|
| 1 Stange Lauch | |
| 2 Möhren | |
| 1 Petersilienwurzel | |
| 1/4 Knolle Sellerie | putzen, waschen, halbieren und in gut einem Liter Wasser zum Kochen bringen, dann auf kleiner Flamme ca. 1/2 Stunde weiterköcheln lassen. |
| 1/2 kg festkochende Kartoffeln | schälen, waschen, in Würfel schneiden |
| 2 Möhren | putzen, schälen, in Würfel schneiden |
| 1/2 kleiner Blumenkohl | putzen, in Röschen teilen, grob hacken. |
| | Alles in |
| 2 EL Öl | anschwitzen. |
| 1 EL Tomatenmark | dazugeben und mit der gesiebten Brühe ablöschen. Ca. 10 Minuten köcheln lassen. Dann |
| 100 g TK Erbsen | hinzufügen und mit |
| Salz, Pfeffer, italienische Kräuter | abschmecken. |
| 50 g Parmesan | reiben und über die Minestrone streuen |

Tipp: je nach Saison können Sie die Gemüsebeilagen variieren, z.B. durch Lauch, Wirsing, Fenchel, Tomaten, Zucchini ersetzen.

Zubereitungszeit: incl. Vorbereitung ca. 1 Stunde