



Tessiner Minestrone

Rezept von V-ZUG AG



Zubereitung	30 Min.
Garzeit	30 Min.
Portionen	4

Eine herzhafte Tessiner Minestrone, wie sie in den Grotti serviert wird: Langsam gekocht, reich an Gemüse, Kräutern und Bohnen, die für wohlige Wärme sorgen.

Minestrone

50 g getrocknete Tomaten in Öl, 1 EL Öl, Tomaten in feinen Streifen

200 g geräucherter Frühstücksspeck, in Streifen

2 Zwiebeln, fein gehackt

1 Knoblauchzehe, fein gehackt

250 g Kartoffel, in ca. 1 cm grossen Würfeln

150 g Rüebli, in Würfelchen

150 g Lauch, in feinen Streifen

120 g Stangensellerie, in Würfelchen

3 EL Tomatenpüree

1½ Liter Gemüsebouillon

2 Zweige Rosmarin

3 Zweige Thymian

3 Zweige Oregano

2 Lorbeerblätter

100 g Wirz, in feinen Streifen

80 g kleine Pasta, (z.B. Tubetti Rigate)

240 g Bohnen aus der Dose, ab gespült, abgetropft

etwas Salz

etwas Pfeffer





- 30 g Parmesan, in Spänen
- etwas Olivenöl
- 2 Zweige glattblättrige Petersilie, grob geschnitten
- 1 Zweig Oregano, Blättchen abgezupft

Minestrone

Öl von den getrockneten Tomaten in einer grossen Pfanne bei mittlerer bis hoher Hitze (Stufe 7-8) erhitzen. Speck, Zwiebeln und Knoblauch begeben, ca. 5 Minuten andünsten. Getrocknete Tomaten, Kartoffeln und Gemüse begeben, unter gelegentlichem Rühren ca. 5 Minuten weiterdünsten. Tomatenpüree begeben, kurz mitdünsten. Bouillon dazugiessen, Kräuter und Lorbeerblätter begeben, zugedeckt bei hoher Hitze (Stufe 9) aufkochen. Hitze auf schwache bis mittlere Hitze (Stufe 3-4) reduzieren, ca. 30 Minuten köcheln lassen. Wirz und Pasta begeben, ca. 10 Minuten weiter köcheln lassen. Bohnen begeben, ca. 3 Minuten mitköcheln. Minestrone mit Salz und Pfeffer abschmecken. Minestrone anrichten. Parmesanspäne darüberstreuen, etwas Olivenöl darüberträufeln, Kräuter darüberstreuen.

Tipps

- Die Rinde eines Parmesan-Stücks mitköcheln lassen.
- Statt Teigwaren Risottoreis verwenden und die Garzeit auf 20 Minuten verlängern.

Zubehör

- Pfanne mit Deckel (ca. 24 cm ø)

