



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 Karotte, in Würfelchen

150 g Porree, in feinen Streifen

120 g Stangensellerie, in Würfelchen

3 EL Tomatenmark

1½ Liter Gemüsebrühe

2 Zweige Rosmarin

3 Zweige Thymian

3 Zweige Oregano

2 Lorbeerblätter

100 g Wirsing, in feinen Streifen

80 g kleine Nudeln, (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, groß 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 hinzufügen, ca. 5 Minuten andünsten. Getrocknete Tomaten, Kartoffeln und Gemüse hinzufügen, unter gelegentlichem Rühren ca. 5 Minuten weiterdünsten. Tomatenmark hinzufügen, 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. Wirsing und Nudeln hinzufügen, ca. 10 Minuten weiter köcheln lassen. Bohnen hinzufügen, 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 mitkochen lassen.
- Statt Nudeln Risottoreis verwenden und die Garzeit auf 20 Minuten verlängern.

Zubehör

- Topf mit Deckel (ca. 24 cm Ø)

