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, abgespült, 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 beigeben, 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)

Zusätzliche Informationen

Erstellt am	20.04.2026