

## Gemüsesuppen z.B. Minestrone

Zutaten für ca. 1,5 Liter:

30 g Speck z.B. Pancetta

1 Zwiebel

500 g Gemüse z.B. Karotten, Sellerie, Lauch,  
Spitzkraut, Kartoffeln

1 Tomate

1 El Öl

1 El Tomatenmark

200 g stückige Dosentomaten

1 l Bouillon oder heller Fond

Handvoll kleine italienische Pasta z.B. Ditalini

Salz, Pfeffer, Prise Zucker

### Pesto

2 El Pinienkerne oder Mandeln

1 Zehe Knoblauch

je eine Handvoll Basilikum und Petersilie

Olivenöl

30 g geriebener Parmesan

### Vorbereitung:

Gemüse waschen, schälen, schneiden  
(Blättchen oder Rauten).

Speck und Zwiebel fein würfeln.

Tomaten wie üblich häuten und in Würfel schneiden.

Als Einlage aufbewahren.

Gleiche Größe, gleiche Garzeit!



**Pesto herstellen:** Kräuter fein schneiden, Knoblauch und Kerne fein hacken oder mörsern.  
Mit Olivenöl und Parmesan zu einer geschmeidigen Paste vermischen.

### Zubereitung:

1. Speckwürfel in Öl anbraten, Zwiebelwürfel zugeben und mitschwitzen.
2. Gemüse und Tomatenmark zugeben, mitschwitzen.
3. Bouillon und Dosentomaten zugeben.  
Etwa 10 bis 12 Minuten köcheln lassen.
4. Pasta zugeben und al dente garen.
5. Tomatenwürfel erst kurz vor dem Anrichten zugeben und abschmecken.
6. Suppe mit dem Pesto und servieren.