

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: Basilikum, Petersilie, Olivenöl, Pinienkerne, Salz und Knoblauch im Universalmixer zu einer feinen Masse pürieren (oder in einem Mörser fein zerstoßen) – Parmesan unterrühren.

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, je nach angegebener Garzeit (Pkg.) in Salzwasser al dente garen.
5. Tomatenwürfel und gegarte Pasta kurz vor dem Servieren in die heiße Suppe geben.
Abschmecken.
6. Suppe mit dem Pesto und servieren.