

Ribollita - italienische Gemüsesuppe



Zutaten für 4 Portionen

1 Stange Lauch
4 Stangen Sellerie
3 Karotten
1 große Zwiebel
2 Knoblauchzehen
300 g weiße Bohnen (Glas)
600 ml Gemüsefond

200g stückige Tomaten (Dose)
3 Blätter Palmkohl
1TL Thymian, gerebelt
grobes Meersalz, Pfeffer
2 TL Olivenöl
150g Parmesan, fein gerieben
Baguette

Lauch putzen und in feine Ringe schneiden. Karotten und Sellerie klein schneiden. Zwiebel und Knoblauch von der Schale befreien und fein würfeln. Den Palmkohl gründlich putzen und die Blätter vom Strunk und in Streifen schneiden.

Zwiebeln und Lauch im erhitzten Öl bei mittlerer Hitze glasig andünsten. Knoblauch, Karotten und Sellerie hinzugeben und alles fünf Minuten anbraten. Ab und an umrühren.

Tomaten und Gemüsefond mit Thymian angießen, kurz aufkochen und mit geschlossenem Topfdeckel bei kleiner Hitze 15 Minuten einköcheln. Die Bohnen mit der Hälfte des Parmesans einrühren und zwei Minuten einköcheln. Ein Drittel der Suppe aus dem Topf nehmen, mit dem Stabmixer pürieren und wieder zurück in den Topf geben. Zum Schluss den Palmkohl zur Suppe geben, fünf Minuten köcheln lassen und mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Mit geriebenem Parmesan und geröstetem Baguette servieren.

Guten Appetit!

Stautenhof
MEIN BIOHOF