

Rezept

Bunter Gemüseeintopf mit Nudeln

Ein Rezept von Bunter Gemüseeintopf mit Nudeln, am 01.03.2024

Zutaten

- | | |
|---|--|
| 1 große Zwiebel | 2 Knoblauchzehen |
| 70 g geräucherter durchwachsener Speck (in Scheiben) | 4 Tomaten |
| 4 EL Olivenöl | 800 g gemischtes Sommergemüse (z.B. grüne Bohnen, Staudensellerie, Möhren, Kohlrabi, Fenchel, Zucchini und Mangold) |
| 50 ml Weißwein (ersatzweise Brühe) | 1 EL Tomatenmark |
| 1 getrocknete Chilischote | 1 l Rinder- oder Gemüsebrühe |
| Salz | 1 TL getrockneter Oregano |
| 150 g kleine Nudeln (z.B. Hörnchen) | Pfeffer |
| 1/4 Bund Petersilie | 1 Dose kleine weiße Bohnen (Canellini-Bohnen, Abtropfgewicht ca. 240 g) |
| | 6 EL frisch geriebener Parmesan |

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN für 6 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 325 kcal

Zubereitung

1. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und mit dem Speck in kleine Würfel schneiden. Tomaten kreuzweise einritzen und mit kochend heißem Wasser überbrühen, ca. 5 Min. ziehen lassen, dann häuten und in kleine Stücke schneiden, dabei die Stielansätze wegschneiden.
2. Das Gemüse je nach Sorte schälen oder waschen und putzen. Bohnen und Sellerie in ca. 1 cm lange Stücke schneiden. Möhren, Kohlrabi, Fenchel und Zucchini ca. 1 cm groß würfeln. Vom Mangold die Blätter abschneiden, die Stiele quer in ca. 1 cm breite Streifen schneiden (sehr breite Stiele eventuell vorher erst längs halbieren) und die Blätter einmal längs halbieren, dann in 1 cm breite Streifen schneiden.
3. Das Öl in einem großen Topf erhitzen, darin Speck, Zwiebeln und Knoblauch bei mittlerer Hitze andünsten. Tomatenmark dazugeben und unter Rühren kurz mitdünsten. Mit Wein ablöschen und die Flüssigkeit einkochen lassen. Die Brühe, das Gemüse (bis auf die Mangoldblätter) und die Chilischote dazugeben, mit Oregano, Salz und Pfeffer würzen und alles zugedeckt bei geringer Hitze 20-25 Min. garen.
4. Inzwischen die Nudeln in reichlich Salzwasser nach Packungsangabe bissfest garen, in ein Sieb abgießen, abtropfen lassen und sofort abdecken, damit sie warm bleiben. Bohnen in ein Sieb gießen und abtropfen lassen. Die Petersilie waschen und trocken schütteln, Blättchen von den Stängeln zupfen und fein hacken.
5. Bohnen und Mangoldblätter in die Suppe geben und noch knapp 5 Min. mitgaren. Zuletzt die Nudeln unterrühren und heiß werden lassen. Chilischote herausfischen und die Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Suppe mit Petersilie bestreuen und servieren. Jeder kann sich dann nach Wunsch Parmesan darüberstreuen.