

Rezept

Gemüsesuppe mit Klößchen

Ein Rezept von Gemüsesuppe mit Klößchen, am 14.07.2024

Zutaten

300 g Zucchini	300 g grüne Bohnen
350 g frische Erbsen (ersatzweise 100 g tiefgekühlte)	1 Zwiebel
400 g Tomaten	300 g Rinderhackfleisch
1 Ei	3 EL Semmelbrösel
Salz	Pfeffer
5 EL Olivenöl	1 l Gemüsebrühe

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min
| **Pro Portion** Ca. 460 kcal

Zubereitung

1. Die Zucchini waschen, putzen, längs halbieren und in Scheiben schneiden. Die Bohnen waschen, putzen, grob zerteilen. Die Erbsen aus der Schote palen.
2. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Die Tomaten überbrühen, abschrecken, häuten und achteln, Stielansatz entfernen.
3. Für die Klößchen das Hackfleisch mit Ei und Bröseln mischen, salzen und pfeffern. Walnussgroße Bällchen aus dem Teig formen und diese in 2 EL Öl in einer beschichteten Pfanne rundherum 5 Min. braten. Vom Herd nehmen.
4. Das restliche Öl in einem großen Topf erhitzen und die Zwiebelwürfel darin glasig dünsten. Das Gemüse zugeben und 2-3 Min. andünsten. Mit der Brühe ablöschen, aufkochen und zugedeckt bei mittlerer Hitze 8 Min. garen. Die Tomaten und die Klößchen hineingeben und in 5 Min. garziehen lassen.