

Rezept

Hirse-Zwiebel-Suppe

Ein Rezept von Hirse-Zwiebel-Suppe, am 09.05.2024

Zutaten

250 g Zwiebeln	1 TL Rapsöl
500 ml Gemüsebrühe	100 g Hirse
1 kleine Möhre	Salz
Pfeffer aus der Mühle	40 g Parmesan

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 315 kcal

Zubereitung

1. Die Zwiebeln schälen und fein würfeln. Im heißen Öl dünsten, dann mit der Gemüsebrühe ablöschen. Die Hirse zugeben und 5 Min. garen.

2. Inzwischen die Möhre schälen und in kleine Würfel schneiden. Zur Suppe geben und alles 15 Min. garen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

3. Den Parmesan reiben. Die Suppe auf Teller verteilen und mit Parmesan bestreuen.